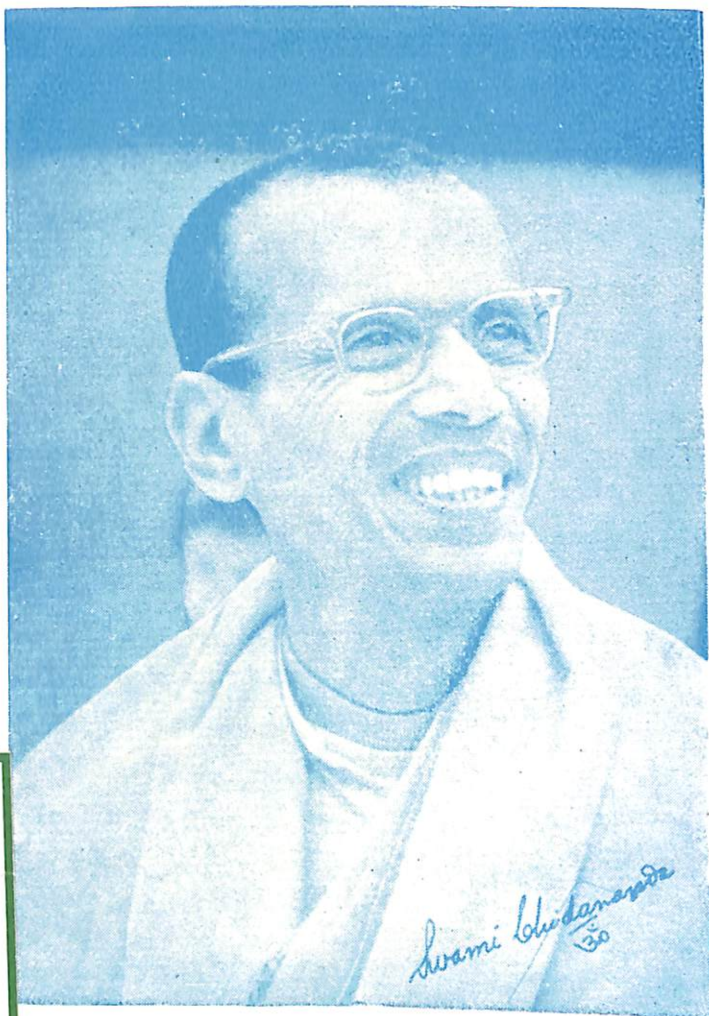
கவலையிலாப் பெருவாழ்வு



ஸ்ரீ சுவாமி சிதானந்தா

இராசிபுரம் தெய்வீக வாழ்க்கைச் சங்க வெளியீடு

கவலையிலாப் பெருவாழ்வு

அருளியது:
ஸ்ரீ சுவாமி சிதானந்தா

தமிழாக்கம்:
''ஞானயக்ஞ சகாயகா'' திரு. C. கனகராஜன்



வெளியிடுவோர் :

தெய்வீக வாழ்க்கைச் சங்கம்

சிவானந்தா ஆஸ்ரமம்

இராசிபுரம் :: சேலம் ஜில்லா.

விலை] 1978 [ரூ. 5-00



Translation of :

THE PATH BEYOND SORROW
(in Tamil)

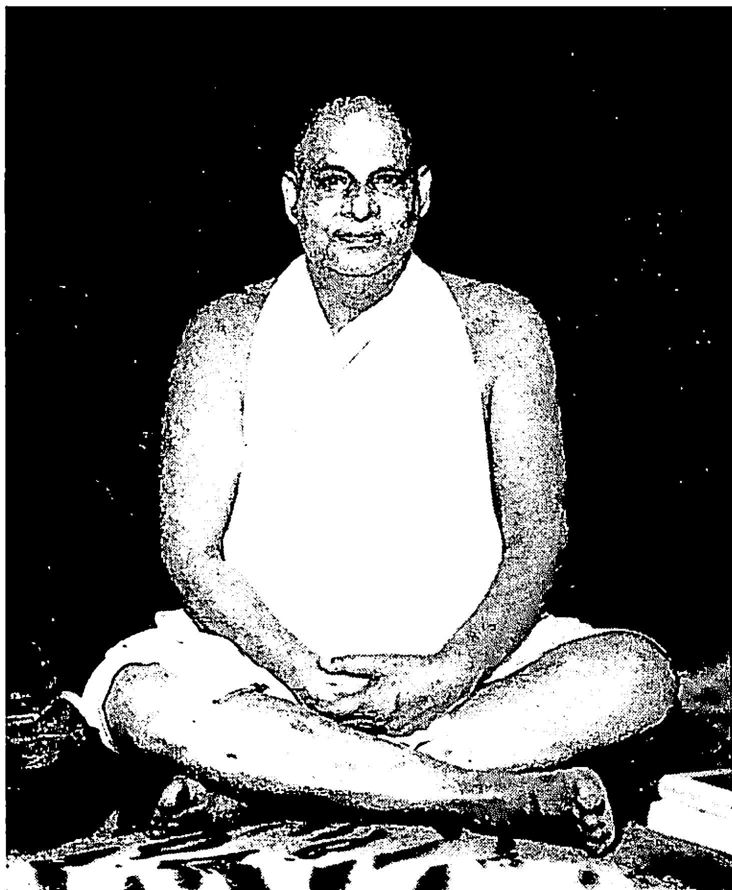


Printed out of the magnanimous donation of :

A humble devotee of Gurudev Sivananda

Printed at The Literary Press, Salem - 636001.

பொருளடக்கம்



குருதேவ் சிவானந்தா

முத்தமிழ்ப் பண்ணை.

உ
ஓம்

கவலையிலாப் பெருவாழ்வு



1. உள்ளத்துள் உறையும் பேரானந்தம்.

அன்பிற்குரிய அமர ஆன்மாக்களே! இந்த நிலவுலகில் பரம்பொருளை நாடுகின்ற, விரும்புகின்ற ஆன்மாக்களாகிய உங்களுக்கு சிறிது தொண்டு செய்யும் அரிய வாய்ப்பினை எனக்கு இறைவன் அளித்திருப்பதனை மகிழ்ச்சிக்குரியதாகவும் பெரும் பேருகவும் கருதுகிறேன். நம்மையெல்லாம் வாழ்த்திக்கொண்டு இந்த நேரத்திலும் நம் மத்தியில் கண்ணுக்குப் புலப்படாமல் இருக்கின்ற, பிரபஞ்சம் முழுவதையும் தழுவிக்கொண்டு எங்கும் நிறைந்திருக்கின்ற, நமது வாழ்வுக்கு ஆதாரமாக அமைந்திருக்கின்ற உங்கள் அனைவரது உள்ளத்திலும் உறைந்திருக்கின்ற இறைவனுக்கு, இந்த நற்பேற்றினை அளித்தமைக்காக நன்றி செலுத்துகிறேன்.

மனிதர்களின் பிரச்னைகள் குறித்துப் பல்வேறு நூல்களிலிருந்து தொகுக்கப்பட்ட சிறு பொன்மொழிகளை – பல்வேறு இடங்களிலிருந்து தொகுக்கப்பட்ட மேற்கோள்கள் அடங்கிய ஒரு சிறு புத்தகத்தைப் பார்த்தபோது திடீரென்று அந்த நூல் ''கவலையிலாப் பெருவாழ்வு'' என்னும் தலைப்பை எனக்கு உணர்த்தியது. உண்மையில் அது ''இறைவனை அடைவதற்கான வழி'' என்று மிகச் சிறப்பான சொற்களால் அமைக்கப்பட்டிருக்கலாம். ஏனெனில் முடிவிலாத அளவிலாத மகிழ்ச்சியினை நமக்குத் தரவல்ல நிலையான தொடர்பினை நாம் மறந்துவிட்டது தான் நமது கவலைகள் அனைத்துக்கும் முழுமுதற் காரணமாகும் என்று சொல்லத் தேவையில்லை. நமக்குப் பேரானந்தத்தை அளிக்கக் கூடியவரும் உலகியல் இன்பங்

களுக்கெல்லாம் உயர்ந்தவராக இருப்பவருமான ஒருவரிட மிருந்து நாம் பிரிந்துநிற்கிறோம். ஆகவே, இயல்பாகவே அந்தப்பிரிவு நம்மை வருத்துகிறது. அந்த இறை அனு பவம் நமக்குக் கிடைக்கவில்லையே என நாம் ஏங்குகிறோம். நிலையான பரம் பொருளிடத்தில்தான் பேரானந்தம் அடங்கியிருக்கிறது. அந்த மகத்தான சத்தியம் மட்டுமே என்றும் மாறாதது, காலத்தைக் கடந்துநிற்பது, என்றும் நிலைத்திருப்பது, உண்மையானது. அந்தப் பேரானந்த நிலையிலிருந்து பிரிந்துநிற்கிற நமது அனுபவத்தைத்தான் கவலை என்கிறோம். உண்மையான மகிழ்ச்சியினைத் தரவல்ல மார்க்கத்தை நமது வாழ்க்கைக்குச் சம்பந்த மற்றதாக நாம் துண்டித்துவிட்டதால் இன்று மகிழ்ச்சிக் காக ஏங்கி நிற்கிறோம்.

மகிழ்ச்சி எங்கு கிடைக்கும் என்று தேடுகிறோம். எந்த இடத்தில் உறுதியாக, தவறாது கிடைக்குமோ அந்த இடத்தைத் தவிர மற்ற எல்லா இடங்களிலும் தேடுகிறோம். உண்மையில் நாம் மகிழ்ச்சியைப் பெற விரும்பினாலும் அதனைப் பெறுவதில் நாட்டம் இல்லாதது போலத் தோற்றம் அளிக்கும் நிலை இது.

இன்பம், மகிழ்ச்சியல்ல

மனிதர்களின் வாழ்க்கையை உற்று நோக்கும்போது நமக்குத் தோன்றுவது என்ன? ஒவ்வொருவரும் உண்மை யான மகிழ்ச்சியினைப் பெற விரும்புகிறார்கள். மகிழ்ச்சி என்பது புன்முறுவலை நாடுவதாகும். நாம் துக்கத்தையும் வருத்தத்தையும் வேதனையையும் ஏமாற்றத்தையும் மூடி மறைத்திருக்கிறோம், ஏன்? உலகத்தில் எங்கு பார்த் தாலும் ஏன் இந்த நிலை கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது? இந்தக் கேள்வி எழுப்பப்பட்டு விடையும் கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருக் கிறது. நமக்கு விடை கிடைத்திருக்கிறது. பகுத்தறியும் நிலை ஏற்படுகிறபோது இன்பங்கள் என்னும் குறுக்கு வழி யின் காரணமாகத் திசை மாறிச் சென்று மகிழ்ச்சிக்கு

நம்மை அழைத்துச் செல்லும் வழியில் செல்லத் தவறி விட்ட காரணத்தால் மிகவும் முட்டாள்தனமான ஒரு தன்மையில் நாம் செயல்பட்டுவிட்டோம் என உணருகிறோம். மகிழ்ச்சி என்பது ஒன்று; வெறும் இன்பம் என்பது மற்றொன்று. நாம் மகிழ்ச்சிக்கான வழியில் செல்லவில்லை. இன்பத்தைத் தேடி குறுக்கு வழியில் அலைந்து திரிகிறோம். திக்குத் தெரியாத காட்டில் சரியான வழியும் சேர வேண்டிய இடமும் தெரியாத நிலையில் அலைந்து திரிபவர்களாக நாம் இருக்கிறோம்.

நாம் ஏன் வழி தவறி நிற்கிறோம்? ஏன் இப்படி மகிழ்ச்சியை விரும்புகின்ற மனிதர்கள் அனைவரும் அதனைப் பெற முடியாமல் தவிக்கிறார்கள்? ஏனெனில் அவர்களில் மிகப் பெரும்பாலோர் ஆரம்பத்திலேயே சரியான பாதையில் புறப்படவில்லை. மகிழ்ச்சியை நாடும் ஒருவர், அதனை நாடுவதற்கு முன்பாக அது எப்படி இருக்கும், எங்கு இருக்கும் என்று ஒருபோதும் தெளிவாகப் புரிந்துகொள்ளுவதில்லை. சென்று அடைய வேண்டிய இடமுந் தெரியாமல், அடையவேண்டியது என்னவென்று தெளிவாக அறிந்துகொள்ளாமல் நாம் இப்படித் தேடிக் கொண்டிருக்கிறோம் நாம் பிறந்த இக்கால வழக்கு இது என்று கருதி இப்படிப் போய்க்கொண்டிருக்கிறோம். நம்மைச் சுற்றி வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிற மனிதர்கள், ஏதோ ஒன்றைத் தேடி குறிப்பிட்ட ஒரு வழியில் செல்வதைப் பார்க்கிறோம். நாமும், "இப்படி வாழும் மக்கள் மத்தியில்தான் நான் பிறந்துள்ளேன். நானும் இப்படித் தான் இருக்கவேண்டும்" என எண்ணுகிறோம். ஆகவே, ஒவ்வொருவரும் அந்த முறையிலேயே வாழ்க்கை நடத்துகிறார்கள். ஒரு குறிப்பிட்ட வாழ்க்கை முறைக்கு மத்தியில் நாம் பிறந்திருக்கிறோம். நினைவுக்கெட்டாத காலந் தொட்டு இந்தப் பூவுலகில் தவிர்க்கப்பட முடியாததான ஏமாற்றம், கண்ணீர் உண்மையைத் தெரிவித்தல், வேதனை, துயரம் என்னும் சுழலில் மக்களை இழுத்துச் செல்லும் நீரோட்டத்தில் நாம் கலந்துவிட்டோம். இன்பம்

ஒருபோதும் உண்மை மகிழ்ச்சியினைத் தர முடியாது. ஏனெனில் இன்பத்தின் இயல்பு என்பது புலன்களின் தொடர்பு காரணமாக ஏற்படும் ஒரு அனுபவம். ஆதலால் இயற்கையாகவே புலன்களில் உறைந்திருக்கும் குறைகளை அதுவும் உடையதாக அமைந்திருக்கிறது.

அனைத்துப் பொருட்களும் காலத்தாலும் நேரத்தாலும் கட்டுப்படுத்தப்படுகின்றன. அவை நிரந்தரமான வையோ பரிசுத்தமானவையோ அல்ல. அவை முழுக்க முழுக்கக் குறையுடையவை; மாறுதல் அடையக் கூடியவை; அழியக்கூடியவை. ஒரு கலப்பட அனுபவத் தைத் தரக்கூடியவை. அவை தூய்மையானவை அல்ல. அவை புலன் வழி இன்பங்களாக உள்ளன. புலன்கள் குறையுடையவை. ஆதலால் அவற்றின் மூலம் பெறப் படும் இன்பமும் குறையுடையவை. அந்தப் புலன்வழி அனுபவங்கள் சந்தேகத்திற்குரியவை, பல்வேறு கிளைச் செயல்களுடன் கலந்து காணப்படுபவை. தொடர்பின் விளைவாகத்தோன்றும் புலன்வழி அனுப வம் ஒவ்வொன்றும் தவிர்க்கமுடியாத நிலையில் ஒரு எதிர்ச் செயலையும் தன்னிடத்தே கொண்டுள்ளது. ருசியான ஒரு பண்டத்தை நீங்கள் அளவுக்கு அதிக மாக சாப்பிட்டுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் அவ்வாறு சாப்பிட்டுக் கொண்டிருக்கும் போதே உங்கள் உள்ளத் தில் ஒரு அச்சம் ஏற்படுகிறது. ஒருவேளை மறுநாள் ஒரு மாத்திரையையோ அல்லது மருந்தையோ சாப்பிட வேண்டியிருக்குமோ என்ற அச்சம் ஏற்படுகிறது. புலன் வழி அனுபவம் ஒவ்வொன்றும் மனக் கவலையையும் மன அமைதி இன்மையையும் தோற்றுவிக்கக்கூடிய எதிர்ச் செயலை உடையதாக இருக்கிறது. இறுதியாக ஆய்வு செய்து பார்க்கும்போது, இந்தப் புலன்வழி அனுபவங்கள் எதிர்மறை அனுபவங்களாக மாறிவிடுகின்றன. அவை இன்பம் அல்லது மகிழ்ச்சி என்ற பெயருக்கு பொருத்த மற்றவையாக ஆகிவிடுகின்றன. அவை உடன்பாடான அனுபவங்களே அல்ல.

மனிதனின் மூன்றும் ஒன்றான தன்மை

மனிதன், மூன்று தன்மைகள் ஒருங்கிணைந்த நிலையை உடையவனாக வாழ்கிறான். புத்திசாலி மனிதனாக விளங்கும் உன்னிடத்தில் முரட்டுத்தனமான விருப்பம், ஆசை, உணர்வு, பேராசை, கோபம், குருட்டுத்தனம் ஆகியவை மிகவும் ஆதாரமான ஒரு பகுதியாக அமைந்திருக்கின்றன. ஏறத்தாழ இது ஒரு மிருகத்தனமான அனுபவம். முரட்டுத்தனமான, புலன்வழிப்பட்ட, மிருகத்தனமான, இந்தப்போக்கு மனிதப் பிறவியின் தவிர்க்கமுடியாத தன்மையாக உள்ளது. மனிதன் சிந்திக்கத் தெரிந்த மிருகம். மனிதன் தனக்குக் கீழான மிருகங்களைப் போலவே: புலன்வழி ஆசைகளையும், செயல்களையும் கொண்டவனாக இருக்கிறான். ஆனால் மிருகங்களுக்கு இல்லாத ஒரு உயரிய தன்மையாக, விவேகம், சிந்திக்கும் ஆற்றல் – புத்திசாலித்தனமாக சிந்திக்கும் ஆற்றல், பகுத்தறிந்து தேர்ந்தெடுக்கும் சிந்தனை ஆகியவை மனிதனிடத்தில் உள்ளன. இவைதான் உங்களை மனிதனாக ஆக்குகின்றன. ஆனால் உடலைப் பொறுத்தவரை நீங்களும் மிருகத்தைப்போலத்தான். அடுத்து உங்களிடத்தே உண்மையான அத்தியாவசியமான ஒன்று இருப்பதை முழுமையாக மறந்துவிட்டீர்கள், புறக்கணித்துவிட்டீர்கள். மூலையில் ஒதுக்கித் தள்ளிவிட்டீர்கள். மனிதனுக்குள்ள விவேகம், முரட்டுத்தனம், மிருகத்தனம் இவை அதற்கு மேலோங்கி நிற்கச் செய்துவிட்டீர்கள். இந்த மூன்றும் சேர்ந்து உங்களுக்குத் தெரிந்த "நான்" என்ற தன்மையினை உருவாக்குகின்றன.

மனக் குழப்பம்

உங்களை மனிதனாக ஆக்கும் ஒரு குறிப்பிட்ட பொருள், மனம். தனிப்பட்ட ஆன்மாவுக்கு நிச்சயமற்ற தன்மையில் இறைவன் இதனை அருளியிருக்கிறான். விவேகமும்,

புத்திசாலித்தனமும் நல்லவைதான். ஆனால் இவை பெரும்பாலும் முறையாகப் பயன்படுத்தப்படுவதில்லை. இந்த நிலை மகிழ்ச்சியைத் தருவதாக இல்லை. பலர் புத்திசாலித்தனத்தைப் பயன்படுத்துவதேயில்லை. சிலர் அதனைப் பயன்படுத்தினாலும் புலன்களை திருப்திப் படுத்துவதற்காகவும், புலன்களின் அனைத்துவிருப்பங்களையும் நிறைவேற்றுவதற்காகவும் வழிகளைக் கண்டு பிடிப்பதற்கு மனிதனுக்கு உதவக்கூடியதாகவே அது அமைகிறது. புத்திசாலித்தனமாக இயங்குவதை தனது செயலின் ஒரு பகுதியாகக் கொண்டுள்ள மனம், என்றுந் தணியாத ஆசைகளின் மூலம் உருவகப் படுத்தப்படுகிறது. நீங்கள் ஆழ்ந்த உறக்கத்தில் இருக்கிற சிறிது நேரந்தவிர மற்ற நேரங்களில் மனம் ஒரு கணநேரம்கூட ஒருபோதும் அலை பாயாமல் இருப்பதில்லை. இந்த நேரம் தவிர மற்ற நேரங்களில் மனம் செயல்பட்டுக்கொண்டே இருக்கிறது. அலை பாய்ந்துகொண்டே இருக்கிறது. அது அலைபாய்ந்திருப்பது உங்களுக்குத் தெரிவதில்லை. ஏனெனில் அது உங்களை தொடர்ந்து செயலில் வழிப்படுத்தியிருக்கிறது. இந்தச் செயலில் பெரும்பாலானவை உடனடியாக விருப்பங்களை நிறைவேற்றிக்கொள்ள உதவக் கூடியவை. ஆகவே, இது உங்களுக்குத் தெரியாது. உங்கள் மனம் புறத்தே செயல் படுவதை சிறிது நேரம் தடுத்துநிறுத்தி அதனை சோதித்துப் பார்த்தால் அது மிக வேகமாகத் தொடர்ந்து செயல் பட்டு வருவது உங்களுக்குத் தெரியும். ஆசையின் காரணமாக எழும் எரிச்சலும். அமைதியற்ற தன்மையும் உங்களுக்குத் தெளிவாகப் புரியும். அப்போது மனதில் என்ன இருக்கிறது என்று உங்களுக்குத் தெளிவாகப் புரிகிறது. ஆசை நிரம்பிய, என்றும் அலைபாயும் மனந்தான் நிலையற்ற புலன்வழி இன்பங்களைத் தேடிப் போவதற்குக் காரணமாக இருக்கிறது.

புலன்வழித் திருப்திக்கான செயல்

நிகழ்வது இதுதான்: ஆசை உண்டாகிறது. அது பேராசையாக மாறுகிறது. அந்தப் பேராசையை நிறை

வேற்றிக்கொள்ள ஏதேனும் சில புலன்வழிப் பொருளை நாடிச் செல்லத் தூண்டப்படுகிறீர்கள். அது அனுபவிக்கத் தக்கது என எண்ணுகிறீர்கள். 'நான் இன்பத்தை உணருகிறேன். புலன்வழி இன்பத்தை நான் அனுபவித்துள்ளேன்' என்று நீங்கள் சொல்லிக் கொள்ளுகிறீர்கள். நீங்கள் சுகந்தரும் அனுபவத்தைப் பெற்றுள்ளதாகக் கூறுகிறீர்கள். இந்தச் சுகந்தரும் அனுபவம் உடன்பாடான அனுபவம் அல்ல. அது வெறும் மாயைதான். நீங்கள் ஆராய்ந்து பார்த்தால், உண்மையில் நிகழ்ந்திருப்பது தெளிவாகப் புரியும். புலன்வழிப் பொருள் ஒன்றை அடைவதற்காக நீங்கள் ஈடுபடும் செயலின் இறுதியில் அதற்கு இசைவான வேட்கை தற்காலிகமாகத் தணிகிறபடியால் உங்களுக்குக் கிடைக்கும் அனுபவம் தற்காலிகமான மன அமைதியையே ஏற்படுத்துகிறது. ஆசை அதிகரிக்கிறபோது, மனதில் விருப்பங்கள் மண்டிக் கிடக்கிறபோது மனம் அமைதியற்ற கலவர நிலைக்கு உந்தப்படுகிறது. அது சமாதானம், சாந்தம், அமைதி ஆகியவற்றை இழக்கிறது. விருப்பங்கள் இருக்கிறவரை மனம் அமைதி இழக்கிறது. கிளர்ச்சி அடைகிறது. விரும்பிய பொருள் கிடைக்கிறபோது புலன அதனைத் தன்வயப் படுத்திக் கொள்கிறது — அந்தப் புலன், சுவைக்கக்கூடியதாகவோ, காணக் கூடியதாகவோ, கேட்கக் கூடியதாகவோ, தொடக் கூடியதாகவோ நுகரக் கூடியதாகவோ இருக்கலாம்; புலன் அந்தப் பொருளை தன்வயப்படுத்திக் கொள்ளுகிறது. விருப்பம் நிறைவேற்றப்பட்டு விட்டபடியால், இந்த விருப்பத்தால் முதலில் மனதில் தோற்றுவிக்கப்பட்ட அமைதியின்மையும், கிளர்ச்சியும் தற்காலிகமாகத் தணிகிறது. புலனின் விருப்பம் தற்காலிகமாக நிறைவேற்றப்பட்டுள்ளது பற்றிய உற்சாகத்தை, பொருளுடன் புலனுக்கு ஏற்பட்டுள்ள தொடர்புடன் தவறுக வலிந்து சம்பந்தப்படுத்துகிறீர்கள். இந்த உற்சாகம் உங்களுக்கு அந்தப் பொருளிலிருந்து கிடைத்ததாக எண்ணுகிறீர்கள். புலன் திருப்தி அடைந்த அனுபவம் அந்தப் பொருளிலிருந்து கிடைத்ததல்ல

என்பதுதான் உண்மை. நீங்கள் பெற்றிருக்கும் அனுபவம், மனக் கிளர்ச்சியிலிருந்து விடுபட்டுவிட்டோம் என்ற எதிர்மறை அனுபவம் ஆகும். ஆகவே, நீங்கள், மனக் கிளர்ச்சியிலிருந்து விடுபடுகிறபோது உடன்பாடான ஒரு அனுபவத்தைப் பெற்றுவிட்டதாக எண்ணுகிறீர்கள். ஆனால் அது, ஏற்கனவே மனதுக்குள் இருக்கும் கிளர்ச்சி, விருப்பம் என்னும் தீயிலிருந்து தப்பித்துக் கொள்ளும் எதிர்மறையான அனுபவம்தான்.

உண்மையில், சமாதானமான மனந்தான்; கிளர்ச்சி அடையாத மனந்தான் உண்மையான மகிழ்ச்சியின் நிலை ஆகும். நமக்குப் புறத்தேயுள்ள பொருள்களின் தொடர்பினால் ஏற்படக்கூடிய அனுபவங்கள் அனைத்தும் எதிர்மறையானவை, உடன்பாடானவை அல்ல என்று ஒருவன் உணருகிறவரையில் கிளர்ச்சியற்ற மனத்தை அவன் பெற்றிருக்கமுடியாது. அவைகள் மனதிலே தோற்றுவிக்கும் பிரதிபலிக்கப்பட்ட அனுபவங்கள், மனக் கிளர்ச்சியும் விருப்பமும் தற்காலிகமாகப் பிரித்துவைக்கப் பட்ட காரணத்தால் ஏற்பட்டவை. புலன், தான் விரும்பும் பொருளைப் பெறுவதும் அது உடனடியாகத் திருப்தி அடைவதும் ஒரே நேரத்தில் நிகழுகிறபடியால், இந்தப் புலனுக்கும் பொருளுக்கும் சம்பந்தம் இருக்கிறது என நாம் நினைக்கிறோம். ஆனால் உண்மையில், திருப்தி என்ற அனுபவம் உங்களுக்கு ஏற்பட்டவுடனேயே உங்களது மனம் மீண்டும் அமைதி அடைந்திருப்பதுதான் இதற்குக் காரணம்.

உதாரணமாக, கடும் பனிக் காலத்தில் நீங்கள் வெளியே சென்றால், குளிர் நடுங்கவைக்கிறது. உடனே நீங்கள் ஒரு அறைக்குள் வருகிறீர்கள். அடுப்புக்கு முன்னே அமர்ந்து குளிர் காய்கிறீர்கள். போர்வையை எடுத்துப் போர்த்திக் கொள்ளுகிறீர்கள். சூடான பானத்தை அருந்துகிறீர்கள். ''ஓ! இப்போது எவ்வளவு அற்புதமான இன்பம் ஏற்படுகிறது!'' என்று சொல்லு

கிறீர்கள். உண்மையில் நிகழ்ந்திருப்பது இதுதான்: வசதியின்மையும் குளிரினுல் ஏற்பட்ட தொல்லேயும் நீங்கள் உங்களேச் சூடாக்கிக் கொண்டதன் மூலமும் போர்த்திக் கொண்டதன் மூலமும், சூடான ஒரு கப் தேநீர் அருந்தியதன் மூலமும் அகற்றப்பட்டன. இதுவே இன்பம் எனத் தாங்கள் கருதுகிறீர்கள். ஆனுல் அந்த அறைக்குள் ஏற்கனவே இருக்கும் ஒருவர், குளிர் என்னும் எதிர்மறை அனுபவத்தைப் பெருதவர், நீங்கள் இந்த விஷயத்தை உயர்வாகக் கருதுவதுபோலக் கருதமாட்டார். ஏனெனில், துன்பம் அகற்றப்பட்டிருப்பதை, இன்பம் என நீங்கள் கருதிக்கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

நீங்கள் உங்களது புத்தியை பயன்படுத்தத் துவங்கினுல், ஒரு மனிதனுக்கு தொடர்பினுல் ஏற்படக்கூடிய அனுபவங்கள் அனேத்தையும் ஆராய்ந்துபார்த்தால், இவை உடன்பாடான தன்மைகொண்டவை என்று மனிதன் தவருகக் கருதினுலும், அவை, ஏதோ ஒரு சில துன்ப மயமான அனுபவங்களிலிருந்து ஏற்படுகிற பிரிவு தான் என்பதை நீங்கள் காண்பீர்கள். வெப்பம் அதிகமாக இருப்பதாகத் தாங்கள் உணருகிறபோது குளிர்ந்தநீரில் குளித்தால் நன்ருக இருக்கும் என்றும் ஒரு சோடா, ஒரு டம்ளர் குளிர்ந்த பால் அல்லது கோகோ–கோலா அருந்தினுல் அற்புதமாக இருக்கும் என்றும் நீங்கள் நினேக்கிறீர்கள். வசதியற்ற, வியர்த்துக் கொட்டுகிற வெப்பம் மிகுந்துள்ள இடத்திலிருந்து தாங்கள் வருவதுதான் இதற்குக் காரணம். குளிர்ந்த பானங்களே அருந்தினுல் அற்புதமாக இருக்கிறது. ஆனுல் உண்மையில் நிகழ்ந்திருப்பது இதுதான்: உஷ்ணம், வியர்வை என்னும் துன்ப மயமான அனுபவத்திலிருந்து தாங்கள் தற்காலிகமாகப் பிரித்துவைக்கப்பட்டிருக்கிறீர்கள். நமக்குப் புறத்தேயுள்ள பொருள்களுடன் ஏற்படும் தொடர்பினுல் கிடைக்கக் கூடிய ஒவ்வொரு அனுபவமும் இத்தகையதாகவே இருக்கிறது. இந்த அனுபவம் ஏற்படுகிறபோதே இதற்கு முன்பிருந்த துன்பமயமான அனுபவங்கள் தற்காலிகமாக

அகற்றப்படுகின்றன. உங்களிடத்தில் உடன்பாடான பிரதிபலிப்புக்களை ஏற்படுத்தவல்ல சக்தியினையும் அது தன்னகத்தே கொண்டுள்ளது.

நீங்கள் அருமையான விருந்து ஒன்றில் அமர்ந்து உணவை சுவைத்து உட்கொள்ளலாம். உண்மையில் நடப்பது என்ன? உணவை உட்கொள்ளுவதற்கு முன்பு பசி என்னும் துன்பமயமான அனுபவம் உங்களுக்கு இருக்கிறது. உணவு உட்கொண்டதன் மூலம் பசியை அடக்கியிருக்கிறீர்கள். இப்போது நீங்கள் உட்கொண்ட உணவிலிருந்துதான் உங்களுக்கு திருப்தி ஏற்பட்டிருக்கிறது என்று நீங்கள் கருதுகிறீர்கள். உங்களுக்குப் பசி இருந்தது. ஆதலால் உணவை நீங்கள் விரும்பி உட்கொண்டீர்கள். ஆனல் பசியே இல்லாத ஒருவருக்கு, உணவு உட்கொள்ள வேண்டும் என்ற விருப்பம் இல்லாதவருக்கு, அது இன்பத்தைத் தராது. "நன்றி. எனக்கு வேண்டாம்" என்று சொல்லி உணவு உட்கொள்ள அவர் மறுத்து விடுவார். உங்களுக்குப் பசி என்னும் துன்பமயமான அனுபவம் இருந்தபடியால் உணவை நாடிச் சென்றீர்கள். அவருக்கு அந்த அனுபவம் இல்லை. ஆதலால் அவருக்கு உணவு உட்கொள்ளுவதில் நாட்டம் இல்லை. அவருக்கும் அந்தத் துன்பமயமான அனுபவம் இருந்திருந்தால் அவரும் உணவைச் சுவைத்து உட்கொண்டிருப்பார். ஆகவே உலகத்தில் இன்பந்தரவல்ல அனுபவங்கள் என்று சொல்லப்படுவனவெல்லாம் முன்னதாக உள்ள துன்பமயமான அனுபவங்களை அகற்றுவதன் மூலம் ஏற்படக்கூடியவைதான்.

தொடர்பின் மூலம் ஏற்படும் இன்பத்தின் இயல்பு இதுதான். நமக்கு உபதேசம் அளித்த மகான்களில் ஒருவராக விளங்கி இந்த நில உலகிற்கு அருள்புரிந்த ஸ்ரீ கிருஷ்ணபகவான் உலகமனைத்துக்கும் உகந்த தனது அருள் வாக்காக வழங்கிய கீதையில், 'ஓ மனிதா! தொடர்பின் மூலம் ஏற்படும் இன்பங்கள் அனைத்தும் இன்னலுக்குக்

காரணமாக அமைகின்றன' என்று கூறுகிருர். நமது இன்பங்கள் தொடர்பினுல் ஏற்படக் கூடியவைதான். இல்லையெனில் வேறு எப்படி? சுவையான உணவுடன் நமக்குத் தொடர்பு இருப்பதும் தொடுவதற்கு இதமாக உள்ள பொருளுடன் கைகளுக்கு உள்ள தொடர்பும் காண்பதற்கு அழகாக உள்ள பொருளுடன் கண்ணுக்கு உள்ள தொடர்பும், கேட்பதற்கு இனிய, அருமையான பிரியமானவற்றுடன் காதுக்குள்ள தொடர்பும் அருமையானதும் நறுமணம் வீசக் கூடியதுமான பொருட்களுடன் மூக்குக்கு உள்ள தொடர்பும் நமக்கு இன்பமயமான அனுபவங்கள். நமக்குப் பிடிக்காத பொருட்கள் நம்மிடம் தரப்பட்டால் நாம் பெரிதும் வருந்துகிருேம். புலன்களின் மூலம் தொடர்பு கொள்ளப்பட்ட, நமக்கு இன்பந்தரும் பொருள்கள் — அவற்றிடம் நமது மனதைப் பறிகொடுத்த நிலையில் (அவற்றிடம் நம் மனதைப் பறிகொடுத்திருக்கிற காரணத்தால், அது நமக்கு மிகவும் பிடித்தமானதாக ஆகியிருக்கிறது) நம்மிடமிருந்து பிரிக்கப்பட்டால், அவற்ருல் நமக்குத் துன்பமும் வேதனையும் ஏற்படுகிறது. மேலும் சில நேரங்களில் நமது மனதைக் கவரும் ஒரு பொருள், தனது நிலையிலிருந்து மாறும்போது நமக்கு வேதனையைத் தரும் பொருளாக மாறுகிறது. நமக்குப் பிடித்தமில்லாத பொருளுடன் நமக்குத் தொடர்பு ஏற்படும் போது நமக்கு வருத்தம் ஏற்படுகிறது. நமக்குப் பிடித்தமான, இன்பந்தரக் கூடிய பொருள்களிடமிருந்து நமக்குப் பிரிவு ஏற்படுகிறபோதும் நமக்கு வருத்தம் தோன்றுகிறது. நமக்குப் பிரியமான ஒரு பொருள் தனது நிலையில் மாற்றம் பெற்ருலும் நமக்கு வருத்தம் ஏற்படுகிறது. ஆக, புறத்தேயுள்ள பொருட்களுடனுன தொடர்புகள் அனைத்தும் துன்பத்திற்கான விதைகளை தம்மகத்தே கொண்டிருக்கின்றன. உள்ளுறையும் வருத்தத்திற்கு சக்திமிக்க மூலகாரணமாக அவை விளங்குகின்றன. அவற்றிற்கு ஒரு முதலும் முடிவும் உண்டு. எனவே அறிவுடைய ஒருவன் இவற்றிடம் மகிழ்ச்சி காண்பதில்லை. இந்த புறப் பொருள்களிடத்தில் அவன் இன்பம் காணுவதில்லை.

ஏனெனில் அவன் இந்தப் பொருட்களின் தன்மைகளை ஆராய்ந்து அறிந்து கொண்டிருக்கிறுன்: ''தொடர்பினுல் ஏற்படும் அனுபவங்கள் அனைத்தும் எதிர்மறையானவை. அவை உடன்பாடான அனுபவங்களே அல்ல. மேலும் அவற்றுடன் எதிர்ச் செயல்கள் தொடர்ந்து செல்கின்றன. அவற்றிற்கு ஒரு துவக்கமும் ஒரு முடிவும் உண்டு'' என்று அவன் கூறுகிறுன். பொருள்கள் குறையுடையவை. அவற்றிலிருந்து பெறப்படும் அனுபவங்களும் குறையுடையவை. ஏனெனில் குறையுடைய பொருளிலிருந்து சரியான அனுபவத்தை உங்களால் பெற முடியாது. ஆகவே, புத்திசாலியான ஒருவன் இந்தப் பொருட்களில் மகிழ்ச்சி காண்பதில்லை.

விவேகமற்ற பகுத்தறிவுக்கு உதாரணங்கள்

எத்தனை பேர்கள் அறிவுடையவர்களாகத் திகழுகிருர்கள்? எத்தனைபேர் புத்தியை விவேகத்துடன் பயன்படுத்துகிருர்கள்? உலகில் உள்ள பொருட்களைப்பற்றி நாம் ஆராய வேண்டும். ஒரு பொருள் வெளிப்படையாகத் தோற்றமளிப்பதைக் காணுமல், அதன் உண்மைத் தன்மையைக் காணவேண்டும். அவை நமது கண்களுக்கு எப்படித் தோற்றமளிக்கின்றன, என்பதைப் பற்றிக் கருதாமல் ஒருதலைப்பட்சமற்ற நிலையிலிருந்து அந்தப் பொருட்கள் மூலம் உண்மையில் கிடைக்கக்கூடிய அனுபவங்களையும், ஆராய்ந்து பார்க்கவேண்டும். நாம் துருவிப் பார்க்க வேண்டும். கடவுள் நமக்குத் தந்துள்ள இந்த அறிவுக் கூர்மையை நாம் அவசியம் பயன்படுத்தவேண்டும். ஒருதலைப்பட்சமாக இல்லாமல் விவேகத்துடன் அதனைப் பயன்படுத்தவேண்டும்.

அறிவுக் கூர்மையை ஒருதலைப்பட்சமாக பயன்படுத்தினுல், அது ஏற்கனவே புலன்களுடன் கூட்டுறவு கொண்டிருக்கிற காரணத்தாலும் அது ஏற்கனவே புலன்வழி ஆசைகளுக்கு அடிமைப்பட்டுக் கிடக்கிற காரணத்தாலும்

உங்களுக்குத் தவருன முடிவையே அது தரும். சரியான முடிவை அதனுல் தரமுடியாது. உங்களது பகுத்தறிவு உண்மையானதாகவும், சரியானதாகவும் இருக்கலாம். அதே நேரத்தில் அது 'விவேகமற்ற பகுத்தறிவாகவும்' ஒருவகைப் போலித்தனமான பகுத்தறிவாகவும் இருக்கலாம். இது முரண்பாடாகத் தோன்றுகிறது. ஆனுல் ஒரு மனிதன் அறிவுக் கூர்மையைப் பயன்படுத்தும்போது எவ்வளவு முட்டாள்தனமாகப் பயன்படுத்துகிருன் என்பதை விளக்க மிகப் பழமையான இந்தியப் புராணங்களில் வேடிக்கையான கதைகள் ஏராளமாக உள்ளன. இத்தகைய அறிவுக்கூர்மையுடைய ஒரு இளைஞனை அவை உதாரணமாகக் காட்டுகின்றன. அவன் விறகு வெட்டுவதற்காக மரத்தில் ஏறினுன். பெரிய கிளையில் அமர்ந்து கொண்டு மரத்தின் மேல்பாகத்தை வெட்டத் துவங்கினுன். அந்த மரத்தைப் பார்த்த அவனுக்கு திடீரென்று ஒரு எண்ணம் உதித்தது. "மரத்தின் வேருக்கு அருகே இந்தக் கிளை மிகப் பருமனுக இருக்கிறது. முடிவில் அது சிறுத்துக் காணப்படுகிறது. அந்தப் பகுதி நான் உட்கார்ந்திருக்கும் பகுதியைவிடப் பருமன் குறைவானது. ஆகவே, நான் மரத்தின் வேருக்கு அருகே வெட்டினுல், எனக்கு அதிகமாக விறகு கிடைக்கும்" என்று எண்ணினுன். நுனி மரத்தில் அமர்ந்து கொண்டு அடிமரத்தை வெட்டினுன். இதைப் பார்த்துக் கொண்டே அவனருகில் வந்த ஒருவர், "தம்பி! என்ன வேலை செய்கிருய்! முட்டாள் தனமாக மரத்தை வெட்டுகிருயே!" என்று கூறினுர். மரத்தை வெட்டிக் கொண்டிருந்த இளைஞன், "இது உனக்குச் சம்பந்தமில்லாத விஷயம். நான் என்ன செய்கிறேன் என்று எனக்குத் தெரியும். நான் ஆழ்ந்து சிந்தித்துக் கணக்கிட்டுப் பார்த்துள்ளேன். இந்த மரம் என்னை முட்டாளாக்குவதை நான் விரும்பவில்லை, என்னுல் முடிந்த அளவுக்கு விறகை எடுத்துச் செல்ல விரும்புகிறேன்," என்று கூறினுன். ஆகவே, அவன் தொடர்ந்து அடி மரத்தை வெட்டினுன். கிளை முறிந்து வீழ்ந்தது. அத்துடன் அவனும் வீழ்ந்தான்.

அவன் புத்தி கூர்மையைப் பயன்படுத்தவே செய்தான். அவன் கணக்கிட்டுப் பார்த்தான். இந்த வகையில் தனக்கு அதிக அளவில் விறகு கிடைக்கும் என எண்ணி ஞன். அது மிகவும் சரியே. ஆனல் இது விவேகமற்ற சிந்தனை என்பது தெளிவாகப் புலனுகிறது. புத்தி கூர்மை யின் பல வகைகளை இச்சிறுகதை சித்தரிக்கிறது.

மற்ருெரு சமயம் ஒருவன் தனது வயதான நோயுற்ற பாட்டிக்கு அருகில் இருந்து கவனித்து வந்தான். உஷ்ணப் பிரதேசங்களான மற்ற நாடுகளைப் போல இந்தியாவிலும் அதிகமான கொசுக்களும் ஈக்களும் உள்ளன. அந்த வயதான மூதாட்டியின் மீது கொசுவும், ஈயும் மொய்த்துக் கொண்டிருந்தன. அந்த மனிதன் பாட்டியின் அருகில் அமர்ந்து சிரத்தையுடன் வீசிக்கொண்டிருந்தான். அவன் எவ்வளவு வேகமாக வீசினுலும் ஈக்களும் கொசுக்களும் மொய்த்துக் கொண்டே இருந்தன. அந்த மனிதன், ''இங்கே பாருங்கள்! என் பாட்டியைத் தொல்லைப்படுத்தாதீர்கள்'' என்று ஈக்களுக்கும் கொசுக்களுக்கும் இறுதி எச்சரிக்கை விடுத்தான். தொடர்ந்து வேகமாக விசிறி கொண்டு வீசினுன். ஈக்கள் அயரவில்லை. தொடர்ந்து தொல்லை கொடுத்துக்கொண்டே இருந்தன. அவன் எரிச்சல் அடைந்தான். ''இங்கே கவனியுங்கள்! நீங்கள் என் பேச்சைக் கேட்காவிட்டால் உங்களுக்குச் சரியான பாடங் கற்பிக்கப்போகிறேன்'' என்று ஈக்களையும் கொசுக்களையும் பார்த்துச் சொன்னுன். அடுத்த சில நிமிடங்கள் அவன் வீசுவதும், ஈக்கள் மொய்ப்பதும் தொடர்ந்து தீவிரமாக நிகழ்ந்தன. அந்த மனிதன் ஒரு மரக்கட்டையை எடுத்தான். ''ஈக்களே! நீங்கள்தான் புத்திசாலிகள் என்று நினைக்கிறீர்களா? என்று சொல்லிக்கொண்டே ஈயின் மீது குறிபார்த்து தவருது அந்த மரக்கட்டையை எறிந்தான். ஈயைக் கொன்ருன். அத்துடன் தனது பாட்டியின் மண்டையைப் பிளந்து மூளை சிதறும்படியும் செய்தான். நம்மில் பலர் புத்திசாலிகள் தான். மிகவும் புத்திசாலிகள்தான். ஆனல் நாம் அடிப்

படையான தவறுகளுடன் செயல்படத் துவங்குகிறோம். அந்த மனிதன் ஈயைக் கொல்லுவது பெரிதா, தனது பாட்டியின் உயிர் பெரிதா என்று அறிந்திருக்க வேண்டும். ஆனால் அவன் அதனைப் புரிந்துக்கொள்ளவில்லை. ஆதலால் நாம் அவன் செயல் கண்டு சிரிக்கிறோம். அதே நேரத்தில் அவன் செய்தது போலவே நாமும் விஷயங்களைத் தவருக மதிப்பீடு செய்கிறோம்.

புலன்களின் இரைச்சலும் ஆன்மாவின் இசையும்

உண்மையான மகிழ்ச்சிக்கு மன அமைதி தேவை. ஆசையினால் தூண்டப்படும் சிறிதளவு சஞ்சலத்தையும், விருப்பத்தையும், கிளர்ச்சியையும் அகற்றுவதைவிட இது மிகவும் முக்கியமானது அல்லவா? “ஆசை ஏற்படுமானால் அவற்றை நாம் நிறைவேற்றிக் கொள்ளவேண்டும். அவற்றை அகற்றுவதற்கு இதுதான் வழி இன்பத்தைப் பெறுவதற்கு இதுவே வழி” என்று நீங்கள் கூறலாம். இப்படிச் சொல்லுவதன் மூலம் மகிழ்ச்சியைப் பெறுவதற்குரிய ஒரே வழியாகிய மன அமைதி என்னும் பாட்டியைக் காப்பாற்றுவதைவிட ஆசை என்னும் ஈயைத் தீர்த்துக் கட்டுவதில்தான் நீங்கள் அதிக கவனம் செலுத்துகிறீர்கள். உண்மையான மகிழ்ச்சி அமைதியிலிருந்து கிடைக்கிறது. மனம், சாந்தமாகவும், தெளிவாகவும், அமைதியாகவும் இருக்கும்போது பேரானந்தம் உங்கள் உள்ளத்தில் பெருக்கெடுத்து வருகிறது. மகிழ்ச்சியை நீங்கள் உற்பத்தி செய்ய வேண்டியதில்லை. காரணம், அது உங்களுக்கு வெளியே இல்லை. மகிழ்ச்சி என்பது லோகாயதமான மாற்றம் பெறும் அழியும் பொருட்களில் இல்லை. உண்மையான மகிழ்ச்சி இங்கேயே, நீங்கள் இருக்கும் இடத்திலேயே உள்ளது. உங்களது மகிழ்ச்சி நீங்களேதான். மகிழ்ச்சி, உங்களது அத்தியாவசியமான இயல்பு. உங்களது புலன்களின் இயல்பையும் மன ஆசை என்னும் இயல்பையும் கடந்து நிற்கிற மூன்ருவது அம்சமான உண்மை இயல்பு முழுமையாகக் கடந்து மேலோங்கி நிற்கிறது.

அதனை ஒரே ஒரு வார்த்தையில் குறிப்பிடலாம். அதுதான் பேரானந்தம் — தூய்மையான பேரானந்தம். உங்களைப் பற்றி வர்ணிக்குமாறு என்னிடம் கூறப்பட்டால் நீங்கள் தூய்மையான, அப்பழுக்கற்ற, பரிபூரணமான பேரானந்தம் என்றே வர்ணிப்பேன். ஆன்மாவின் பொருள் இது தான். ஆன்மா என்பது பேரானந்தம், பரவசம், நிகரற்ற மகிழ்ச்சி. இந்த மேஜைக்கு மூலப்பொருளாக மரமும், உங்கள் ஆடைக்கு மூலப்பொருளாக கம்பளி அல்லது பருத்தியும், வெல்லத்துக்கு மூலப்பொருளாக கரும்பும் அமைந்திருப்பது போல உங்களது உண்மை இயல்புக்கு ஆதாரமாக மூலப் பொருளாக உங்கள் விழிப்புணர்வின் மையப் பொருளாக உங்களிடத்தில் உறைந்திருக்கும் 'நான்' என்ற நிலைதான் அந்தப் பேரானந்தம். நீங்கள் உங்களது ஆத்மா. நீங்கள் முடிவில்லாததாக, என்றும் பெருக்கெடுத்து வரும் நிலையான மகிழ்ச்சியாக உவகையாக அமைந்துள்ள ஆத்மா. நீங்கள் இந்த உடலோ, மனமோ, புத்தியோ அல்ல.

தனி மனிதனை, கிழக்கத்திய நாடுகள் மேற்கத்திய நாடுகளைப்போல் அல்லாமல், முற்றிலும் வேருன நிலையில் நோக்குகிறது. ''மனிதன் அறிவுக் கூர்மை என்னும் உயரிய சிறப்புத் தன்மையுடன் உள்ள மிருகம்'' என்று மேற்கு நாடுகளில் கூறப்படுகிறது. ஆனால், ''மனிதன் புகழுடையவன்; பரிசுத்தமான ஆன்மா மயமானவன்; பூரண ஒளி மயமானவன்; பேரானந்த மயமானவன்; மனம் அல்லது புத்தி எனப்படும் தாழ்வான தன்மையுடையதைத் தனது ஏவலுக்குக் கட்டுப்பட்ட கருவியாகக் கொண்டிருப்பவன்'' என்று கிழக்கு நாடுகள் கூறுகின்றன. உனது ஆன்மாவின் மகிழ்ச்சியையும், அழகையும் பூரணத்துவத்தையும் இந்த உலகில் வெளிப்படுத்துவதற்காகவும், விளக்குவதற்காகவும், தெளிவாக்குவதற்காகவும் கடவுள் மனம் என்னும் கருவியை உங்களுக்குத் தந்திருக்கிருர். ஆனல் நீங்கள் பரிகசிக்கத் தக்க போலி வாழ்க்கையை வாழ்த்து வருகிறீர்கள். சாதாரண மனி

தன் ஒழுங்கீனமான வாழ்க்கை வாழ்கிருன். அதாவது அவன் தனது உன்னதமான ஆன்மீக இயல்பை முழுமையாக மறந்து புறக்கணித்துவிட்டு தனக்குள்ளே இருக்கும் மிருக இச்சையைப் பூர்த்தி செய்ய தனது சக்தி அனைத்தையும் முறைகேடாகப் பயன்படுத்துகிருன். அவன் தனக்குள் இருக்கும் மிருகத்தின் புலன்வழி ஆசைகளை நிறைவேற்றுவதாக மட்டுமே அவனது முழு வாழ்க்கையின் போக்கும் அமைந்திருக்கிறது. சேர்த்துவைக்க உயரிய பொருட்கள் வேண்டும். அணிந்துகொள்ள அழகிய ஆடைவேண்டும். காண்பதற்கு இன்பகரமான பொருள்கள் வேண்டும். அனுபவிக்கச் சுகமான பொருட்கள் வேண்டும் — இன்பம், இன்பம், இன்பம் — இந்த இன்பம் என்னும் இடைவிடாத சுழற்சியால் மகிழ்ச்சி குலைக்கப்பட்டு விட்டது. புலன்களின் பேரிரைச்சல் மூலம் எப்போதும் இருந்து வரும் ஆன்மாவின் இனிய இசை முழுமையாகக் கொலை செய்யப்படுகிறது.

மகிழ்ச்சியை எதுவும் அழிக்க முடியாது. ஏனெனில் அது அழியாதது — இதுதான் எனது செய்தியில் தங்களுக்குப் பெருமகிழ்ச்சியைத் தரும் விஷயமாகும். உங்களது உண்மையான இயல்பிலே நீங்கள் நிலை குலைக்கப்பட முடியாதவர், உங்களுக்கு அழிவு என்பது இல்லை. ஆக, உங்கள் மயமாக இருக்கிற மகிழ்ச்சியைக் குலைக்க முடியாது; அழிக்க முடியாது. அதனை எதுவும் ஒன்றும் செய்ய முடியாது. உண்மைப் பொருளாகிய நான் என்பது உறைந்திருக்கக் கூடிய உங்கள் விழிப்புணர்வின் அடித்தளத்தில் உங்களது ஜீவனின் மையத்திற்குள்ளே தூய பேரானந்தமாக நீங்கள் உறைந்திருக்கும் அந்த உன்னதமான ராஜ்ஜியத்துக்குள்ளே எந்த விதமான கவலையும் புக முடியாது.

பேரானந்தம் உங்களது இயல்பு;
பேரானந்தம் உங்களது பாரம்பரியம்

இந்தப் பெயரோ வடிவமோ இந்தக் குறிப்பிட்ட மனிதர், இந்தக் குறிப்பிட்ட பெண்மணி என்று சொல்லப்

படுவது எல்லாம் உண்மையில் உங்களைக் குறிப்பிடுவன அல்ல. அது உங்களது பெற்றோர் உங்களது உண்மையான ஜீவன்மீது சுமத்திவைத்துள்ள தோற்றம் ஆகும். அவர்கள் உங்களுக்கு ஒரு பெயர் கொடுத்தார்கள். அவர்கள் உங்களை இப்படி, அப்படி என்று பலவாருகச் சொல்லி அழைத்தார்கள். இந்தப் பெயர்கள் தரும் தோற்றம் உங்களது உண்மைத் தன்மையாக ஆகாது. குழந்தைப் பருவத்திலிருந்து இளமைப் பருவம், மணப் பருவம்வரை நடுத்தர வயதிலிருந்து முதிய வயதுவரை மாற்றம் அடையாமல் இருப்பது, உங்களுக்குள் உறைந்திருக்கும் 'நான்' என்பது ஆகும். நீங்கள் குழந்தையாக இருந்தபோது அது உங்களிடத்தில் இருந்தது. நீங்கள் அங்கும் இங்கும் ஓடி விளையாடின பால பருவத்திலும் அது உங்களிடத்தில் இருந்தது. நீங்கள் வளரத் துவங்கியபோது அது உங்களிடத்தில் இருந்தது. வயது வந்த பருவத்தை நீங்கள் அடைந்து, மன அமைதி இழந்து, இன்பப் பொருட்களை நாடி இங்கும் அங்கும் அலைந்து திரிந்தபோதும் அது உங்களிடத்தில் இருந்தது. நீங்கள் ஒரு குடும்பப் பொறுப்பைச் சுமக்கும் நிலை ஏற்பட்டபோதும் அது உங்களிடத்தில் இருந்தது. நீங்கள் அனுபவம் மிக்க முதிய வயதை அடையும் போதும் அது உங்களுடன் இருக்கும். மாருமல் இருக்கும் இந்த 'நான்' என்பது எது என்று கண்டுபிடிக்க முயற்சி செய்யுங்கள். உட்புறம் நோக்கித் திரும்ப உங்களுக்கு நீங்களே ஒரு வாய்ப்பை உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள். மனம், புறப்பொருள்களை நாடி ஓடாமல் ஒரு நிலைப்பட்டிருக்குமாறு செய்யத் தகுந்த வாய்ப்பை உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள். அதன்பிறகு உள்நோக்கிப் பாருங்கள். நிசப்தமான, ஓரளவு அமைதியான நிலையில் 'நான்' என்பதைக் கண்டுகொள்ளுங்கள். இப்போது உள்ளிருக்கும் உண்மையான இந்த 'நான்' என்பது அமைதியானது, பேரானந்தமானது, ஒளிமயமானது, பூரணத் தன்மை கொண்டது என நீங்கள் அறிந்து கொள்ளுவீர்கள். அங்கு தேவையோ, விருப்பமோ இல்லை, அங்கு பற்றுக்குறை நிலவுவதாக நீங்கள் உணருவ

தில்லை. அது பூரணத் தன்மை கொண்ட அனுபவமாக இருக்கிறபடியால் அந்தப் புனித ராஜ்யத்தில் எல்லாம் பூரணமாக இருக்கிறது; ஆசைகள் பரவியிருக்கவில்லை. உங்களில் ஒவ்வொருவரும் இந்தப் பூரணமான தன்மையை, முழுமையான மகிழ்ச்சியினை, அமைதியினை இங்கேயே இப்போதே பெறலாம். அவற்றை உற்பத்தி செய்ய அவசியமில்லை. அருள்மயமான அந்த நிலையைப் பெற நீங்கள் புறத்தே எங்கும் தேடிப்போக வேண்டிய தில்லை. அது, உங்கள் பிறப்புரிமை. அதனைக் கோரிப் பெற்றிட உங்களுக்கு உரிமை உண்டு. புலன்களுக்கு அடிமை ஆவதை நிறுத்துங்கள். அற்பமான, குறையுடைய பொருட்களை நாடிப் புறத்தே இடைவிடாமல் ஓடிக் கொண்டிருப்பதை நிறுத்துங்கள். நீங்கள் உங்களது ஆன்மாவுடன் அமைதிபெறுங்கள். நீங்கள் ஆனந்தமயமானவர்; பூரணத்துவம் நிறைந்தவர் என்பதை அறிந்துகொள்ளுங்கள். ஆசைகளை அகற்றி அப்பால் செல்லுங்கள். ஒப்பிடுவதற்கு இயலாத பேரானந்தமான, வர்ணிக்க இயலாத மகிழ்ச்சியான உங்களது உண்மையான இயல்பினைப் பற்றிய விழிப்புணர்வை அடையுங்கள்.

நீங்கள் ஒவ்வொருவரும் மனிதனுகப் பிறந்திருக்கிறீர்கள். ஆதலால் ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒப்பிடவியலாத இந்தப் பேரானந்தத்தை அடையமுடியும். அது உங்கள் உரிமை. தெய்வீகமான உங்களது பரம்பரையின் துவக்கக் காலம் முதலாகவே அது உங்களது பரம்பரைச் சொத்தாக இருந்து வந்திருக்கிறது. மக்கள், 'கடவுள்', 'பரம்பொருள்', 'உண்மை', 'சத்தியம்', 'ஆன்மா' என்றெல்லாம் குறிப்பிடுகிற எல்லையிலாப் பேரானந்தம் என்னும் வற்றுத ஊற்றிலிருந்துதான் நீங்கள் அனைவரும் வந்திருக்கிறீர்கள். அதனை எந்தப் பெயரில் வேண்டுமானுலும் அழைத்துக் கொள்ளுங்கள்; தங்கள் எண்ணப்படி அதனை அணுகிச் செல்லுங்கள்; நீங்கள் விரும்பும் முறையில் அதனை வழிபாடு செய்யுங்கள் — அதைப்பற்றிக் கவலையில்லை. ஆனுல் தெளிவாக்க முடியாத, விளக்க முடியாத

பேரானந்தம் மற்றும் மகிழ்ச்சியின் வற்ருத, மாருத ஜீவ ஊற்ருக உள்ள அது இங்கேயே உங்களுக்குள்ளேயே இருக்கிறது என்பதை அறிந்துகொள்ளுங்கள். நீங்கள் தேடிப் போய் அதனை அடைய வேண்டும் என்ற நிலையில் அது இல்லை. தேவைப்படுவதெல்லாம் இதுதான்: அற்பத் தனமானவற்றை, சிறுமையானவற்றை ஒதுக்கித் தள்ள வும், ஒப்பிடுவதற்கியலாத, நிகரற்ற முறையில் உங்களின் நிச்சய இயல்பாக உங்களுக்குள் அமைந்துள்ள 'நான்' என்பதனை அறிந்து உணர்ந்துகொள்ளவும் நீங்கள் விரும்ப வேண்டும்.

நீங்கள் உங்களது அறிவுக் கூர்மையைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதும் புலன்களின் வழியே கவர்ச்சிகரமான பொருள்களை நோக்கி நீங்கள் திசை தவறிப் போகாமல் இருக்கவேண்டும் என்பதும் முதலாவது நிபந்தனை. இப்படிச் செல்லுவது உல்லாசமான சுற்றுலாவாக இருக் கலாம். ஆனுல் அது அறிவுக்குப் பொருந்தாதது; முடி வில்லாதது. ஏனெனில் இன்பம், திருப்தியால் கட்டுப் படுத்த முடியாதது. புலன்வழி இன்பங்களை அனுபவிப் பதன் மூலம் அவற்றின் மீது ஆசை அதிகரிக்கத்தான் செய்கிறது. இன்ப நுகர்ச்சி விருப்பங்களை அதிகரிக்கச் செய்கிறது. ஆகவே, ஆசைக்கு அந்த வழியில் அணைகட்ட முடியாது. உயரிய பகுத்தறிவினைத் தூண்டிவிடுவதன் மூலம்தான் அந்த ஆசைக்கு முடிவு கட்ட முடியும். ''எனது தெய்வீகப் பெற்ருேர்களால் ஆன்மீக உருவில் தோற்றுவிக்கப்பட்டிருக்கிற நான் நாய்க்கு முன்னுல் கிடக் கிற எலும்புத் துண்டைப் போன்ற அற்பத்தனமானவை களை நாடி இனிச் செல்லமாட்டேன். பேரரசர்களுக்கெல் லாம் பேரரசராக விளங்கியவரின் புதல்வன் நான், அற்பத்தனமான பொருட்களை நாடிச் செல்லமாட்டேன். விலைமதிக்க முடியாத எனது பரம்பரைச் சொத்தை உரிமையுடன் கேட்டுப் பெறுவேன்'' என்று கூறிப் புலன் வழிப் பொருள்களின் தன்மையை அறிந்துகொள்ளுமாறு செய்வதன் மூலம்தான் ஆசையை அகற்ற முடியும்.

இதனை நீங்கள் செய்தால் பகுத்தறிந்து அற்பத்தனமானவற்றை ஒதுக்கித் தள்ளினால் அந்த உன்னதமான சிறப்புக்கு வாரிசாக ஆக முடியும்.

உளப்பூர்வமான துறவு நிலை, உண்மையான மகிழ்ச்சி எது, வெறும் புறத்தோற்றம் எது என்று பகுத்தறியும் பண்பையும், மகிழ்ச்சிக்கு ஒவ்வாத இயல்புகளைப் புறக்கணிக்கும் தன்மையையும், அவற்றிலிருந்து மனப்பூர்வமாக விலகிச் செல்லும் நிலையையும் உணர்த்துவதாகும். பகுத்தறிவின் மூலம் ஏற்படும் மனப்பூர்வமான துறவுதான் ஆன்மீகத் தாகத்தின் ரகசியமாகும். கவலையிலாப் பெரு வாழ்வுக்கு அழைத்துச் செல்லும் பாதை ஆரம்பமாகும் இடம் அதுதான். ''ஓ! மனிதா! ஒவ்வொரு மனிதனுக்கு முன்பும் இரண்டு வழிகள் உள்ளன. ஒன்று கவர்ச்சியாகவும், பார்வைக்குச் சுகமாகவும் இருக்கிறது. மற்றொன்று நல்லனவற்றையும் உங்களது உண்மையான நலனையும் நோக்கி அழைத்துச் செல்கிறது'' என்று மகத்தான உபநிஷத்துக்களில் ஒன்றின் மூலம் நமக்கு அறிவுறுத்தப்படுகிறது. சிந்திக்காத மனிதன், இன்பத்துக்கும் மேற்போக்கான கவர்ச்சிக்கும் எளிதில் பலியாகி விடுகிறான். இவ்வாறு அவன் தனது சொந்த நலனையும் நன்மையையும் இழந்துவிடுகிறான். ஆனால் சிந்திக்கத்தெரிந்த மனிதன் தன்னிடத்தில் சிறப்புற்று விளங்கும் பகுத்தறிவின் மூலம் இரு வழிகளையும் ஆராய்ந்து பார்க்கிறான். மேற்போக்காகக் கவர்ச்சியாகவும் இன்பமாகவும் தோன்றுவதை ஒதுக்கித் தள்ளுகிறான். அவனுக்கு நன்மை விளைவிக்கக் கூடிய மற்றொரு பாதையில் அவன் நடைபோடுகிறான். அங்கு அவனுக்கு மகிழ்ச்சி ஏற்படுகிறது. செல்லுகின்ற பாதையைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளுகிற குணம், ஆரம்பத்திலிருந்து உங்கள் ஒவ்வொருவரிடத்திலும், ஒவ்வொரு நாளும் எப்போதும் உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதும் இருந்து வருகிறது. ஆனால், மேற்போக்காகக் கவர்ச்சியாகவும் இன்பமாகவும் தோன்றுகின்ற பாதையில் நீங்கள் மயங்குகிறீர்களா அல்லது தடையின்றி உங்களை

நன்மைக்கும் நலமான வாழ்வுக்கும் வழிநடத்திச் செல்லக்கூடிய பகுத்தறிவு என்னும் ஒளி உங்களிடத்தில் இருக்கிறதா என்பது உங்களைப் பொருத்த விஷயம்.

உங்களது மகிழ்ச்சியின்மை நீங்களே ஏற்படுத்திக்கொண்டது.

மகிழ்ச்சியின்மை என்பது நீங்களே ஏற்படுத்திக்கொண்டதாகும். அது தானாகத் தோற்றுவிக்கப்பட்டது. உங்களது பகுத்தறிவற்ற தன்மையும், நீங்கள் உங்களது புலன்களுக்கு அடிமையாக ஆகிவிட்டதும் தான் இதற்குக் காரணம். நீங்களாகவே தோற்றுவித்துக் கொண்ட இந்த நிலையை மாற்றியமைக்கும் சக்தி உங்களிடத்திலேயே இருக்கிறது. ஆக, வருத்தம் உங்களால் தோற்றுவிக்கப்பட்டது; மகிழ்ச்சியை உங்களது சொந்த முயற்சிகளின் மூலமே ஏற்படுத்திக் கொள்ளலாம். நீங்கள் அதனை உருவாக்கிக் கொள்ளத் தேவையில்லை. ஏனெனில் அது ஏற்கனவேயே உங்களிடத்தில் உறைந்திருக்கிறது. அதனை நீங்கள் கிரகித்துக்கொள்ள வேண்டும். இது உங்கள் கையில் இருக்கிறது. நீங்கள் அனுபவிக்க வேண்டும் என்பதற்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கிற ஒன்றை நோக்கி நடைபோட வேண்டியவராக நீங்கள் இருக்கிறீர்கள்.

நற்குணத்தை வளர்த்துக்கொள்; மகிழ்ச்சியைப் பெருக்கிக்கொள்

இதனை எப்படிச் செய்வீர்கள்? நற்குணம் நிரம்பிய வாழ்க்கையிலிருந்து மகிழ்ச்சி பெருக்கெடுத்து வருகிறது என்பது அடிப்படையான விஷயம். சிறப்புமிக்க யோக சாஸ்திரங்கள் இதைத்தான் உங்களுக்குக் கூறுகின்றன. நற்குணம் இல்லையென்றால் மகிழ்ச்சி ஏற்பட முடியாது. நான் உங்களுக்கு உபதேசம் செய்யவில்லை என்று தெளிவாகக் குறிப்பிட விரும்புகிறேன். "மேற்கு நாடுகளில்

உபதேச மொழிகளை மக்கள் விரும்புவதில்லை. அங்கு உபதேசம் செய்யாதீர்கள்'' என்று சில அன்பர்கள் என்னிடம் கூறினார்கள். அந்தக் கருத்தைப் பூரணமாக என்னால் செயற்படுத்த முடியாது. ஏனெனில் உங்கள் முன்னே நின்று பேசிக்கொண்டிருக்கிற இந்தப் பணிவுள்ள தொண்டன், ஓரளவுக்கு உபதேசம்தான் செய்துகொண்டிருக்கிறேன். ஆனால் இந்த உபதேசம் சற்று மாறுபட்டது. நான் ஒரு மேடைமீது நின்று உபதேசம் செய்யவில்லை. உங்கள் நிலையினும் பணிந்து நின்று பேசுகிறேன். உங்களுக்குத் தெரிவிப்பதற்காக ஒரு செய்தி தொண்டனாகிய என்னிடம் தரப்பட்டிருக்கிறது. அதனை நான் இங்கு உங்களுக்கு எடுத்துரைக்கிறேன். அப்படி நான் உபதேசமே செய்தாலும் ''ஓ! நீங்கள் அனைவரும் பாவிகள். நீங்கள் அனைவரும் பாழான நிலைக்குத் தாழ்ந்து விட்டீர்கள்'' என்று நான் கூறவில்லை. மாறாக, ''ஏற்கனவே உங்களிடத்தில் உறைந்திருக்கும் உன்னதமான பண்பைப் பாருங்கள்! ஏன் அதன்மீது நீங்கள் உரிமைப் பாராட்டக்கூடாது?'' என்றுதான் நான் கூறுகிறேன். இவ்வளவு அற்புதமான ஒரு பொருளை நீங்கள் இழந்து நிற்கிறீர்கள் என்பதை நான் உங்களுக்குத் தெரிவிக்கிறேன். அதனை இழக்காதீர்கள்! இதுவே தக்க தருணம்! மிகச் சிறப்பான புகழ்மிக்க நிலையினை அடைவதற்காக மனிதப் பிறவியின் இந்த அரிய வாய்ப்பு உங்களுக்குக் கிடைத்திருக்கிறது. தாமதம் செய்யாதீர்கள்! ஆசைகளின் காரணமாக நீங்கள் ஏன் அடிமைப் பட்டுக் கிடக்க வேண்டும்? ஏன் உங்கள் எஜமான இயல்பைப் பயன்படுத்தி ஏற்கனவே இருக்கின்ற அந்த உன்னதச் சிறப்புக்கு உரிமை கொண்டாடக் கூடாது? இதனை நான் உபதேசம் என்று சொல்லமாட்டேன். இந்த மகிழ்ச்சியினைப் பெறுவதற்கு நற்குணம் அவசியம் என்று நான் கூறும்போது ஒரு மகத்தான சட்டத்தை உங்களுக்கு தெரிவிக்கின்றேன். அது வெறும் உளவியல் சட்டம் மட்டுமல்ல; ஒரு ஆன்மீகச் சட்டம் ஆகும். காரணம், நற்குணம் உங்கள் இயல்பைச் சீராக்குகிறது.

உங்கள் இயல்பு எப்போதும் மூன்று வகையான நிலைகளில் தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்ளுகிறது. முதல் நிலை, உங்கள் உடல்; இரண்டாவது நிலை அதற்கு உள்ளே இருப்பது. அதுபற்றி உங்களுக்குத் தெரியாது. (இந்த உடலைச் சுறுசுறுப்பானதாகவும், சக்தி வாய்ந்ததாகவும் இயக்கிச் செயல்பட வைக்கும் ஆன்மீக சக்தி உள்ளே உறைந்திருக்கிறது.) மூன்றாவது நிலை, உங்கள் எண்ணங்கள், கருத்துக்கள், ஆசைகள் அனைத்தையும் தொடர்ந்து இயக்கிவரும் மனத்தின் நிலை. இந்த மூன்று நிலைகளிலும் உங்கள் வாழ்க்கையைச் சீராக்கும் சக்திதான் நற்குணம் ஆகும். அது உங்கள் உடலையும் உள்ளத்தையும் புத்தியையும் சீராக்குகிறது. இவ்வாறு சீராக்கப்பட்ட, தூய்மைப்படுத்தப்பட்ட மனம் இருந்தால்தான் சமநிலை, நிதானம், பற்றற்ற நிலை ஆகியவற்றை அடைய முடியும்.

நீங்கள் எவ்வளவுதான் கடுமையாக முயன்றாலும் தூய்மையற்ற மனத்திலிருந்து ஆசைகளை அகற்ற முடியாது. ஏனெனில் மனத் தூய்மையின்மை, ஆசை என்பவை ஒரே பொருளைக் குறிக்கும் இரு வேறு சொற்கள். ஆசையும் தூய்மையின்மையும் நான் ஏற்கனவே விமர்சித்த மூன்று நிலைகளில் கிளர்ச்சி மிகுந்த தன்மையிலே உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதையும் தள்ளிவிடுவதற்காக முயற்சிக்கின்றன. கிளர்ச்சி அடையச் செய்வது ஆசையின் இயல்பு. அதுபோல, சீராக, நிலையாக, பலமாக, மனப்பூர்வமாக அமைந்திருப்பது தூய்மையின் இயல்பு.

ஆகவே தூய்மை, எளிமை, உண்மை, கருணை, தன்னலமின்மை, அடக்கம் ஆகிய பண்புகளையும் பேராசை, பொறாமை, அவநம்பிக்கை, தவறான எண்ணம் ஆகியவற்றை அகற்றும் பண்பையும் கடைப்பிடித்து உனது இயல்பை மெதுவாக மாற்றியமைத்து அதனைச் சீரானதாகவும், நுட்பமானதாகவும், தூய்மையானதாகவும் ஆக்குகிறது என்பதும், தூய்மை ஏற்பட்டவுடன் மனம் மாற்றம் அடைகிறது என்பதும் மனோதத்துவ ரீதியாகவும் ஆன்மீக ரீதியாகவும் அமைந்துள்ள ஆழ்ந்த உண்மையா

கும். புலன் வழிப் பொருள்களை நாடி புறத்தே அலைந்து திரிந்த மனம், உள்நோக்கி வரத் துவங்குகிறது. அமைதியான நிலையை வளர்த்துக் கொள்ளத் துவங்குகிறது. 'உட்செலுத்தப்பட்டது' என்ற சொல்லை நான் பயன்படுத்தவில்லை. மனம் உள்ளபடியே உள்நோக்கிச் செல்வதாக இருக்கிறது. புறத்தே அலைந்து திரியும் போக்கு அதனிடம் இப்போது இல்லை. இவ்வாறு தூய்மையின் மூலமாக மனதை உட்புறம் இழுத்து வைத்திருப்பதன் மூலம் உங்கள் உள்ளத்தில் ஊற்றெடுக்கும் உண்மையான மகிழ்ச்சியின் சிறு அறிகுறிகளை நீங்கள் ஒரு கண்ணோட்டமாகக் காண்பீர்கள்.

இது பழங்கால மாதிரிப் பரிகாரமாக இருக்கலாம். ஆனால் அவைதான் உருப்படியான பரிகாரங்கள். ஒருவர் தூய்மையற்றவராக இருந்து கொண்டு மகிழ்ச்சியினைப் பெறலாம் என்று நம்ப முடியாது. குருட்டுத்தனமான மாயையிலே ஒட்டிக்கொண்டு இருக்கின்ற ஒருவர், மகிழ்ச்சியையும் பெறலாம் என்று நம்ப முடியாது. உங்களுடைய சுயநலத்தாலும் கொடுமையினாலும் மற்றவர்களுக்கு வேதனையையும் வருத்தத்தையும் ஏற்படுத்திவிட்டு அதே நேரத்தில் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியை எதிர்பார்க்க முடியாது. நீங்கள் எவ்வளவு அதிகமாக மற்றவர்களுக்கு மகிழ்ச்சி யூட்டுகிறீர்களோ, அந்த அளவுக்கு உங்களுக்கு மகிழ்ச்சி ஏற்படும். இதுதான் சட்டம். ஒருவர் தனது இயல்பையும் பண்பாட்டையும் சீரானதாக ஆக்கிக் கொள்ளுவதும், ஒருவரது தனிப்பட்ட குணத்தை முழுமையாகத் தூய்மையானதாக இருக்கச் செய்வதும் மனிதனின் வாழ்வில் மகிழ்ச்சி ஏற்படுவதற்கு மிகவும் தேவைப்படுபவையாகும்.

இவ்வாறு மகிழ்ச்சி என்பது தன்னலமற்ற தன்மையின் விளைவு. தொடர்ந்து இழுக்கும் புலன்களின் போக்கைப் புறக்கணித்ததின் விளைவு, தினசரி வாழ்வில் தீவிரமாகக் கடைப்பிடிக்கப்பட்ட நற்குணங்களின் விளைவு ஆகும். இந்தச் சட்டம் எப்போதும் இருந்து வந்திருக்கிறது.

உங்கள் இயல்பு எப்போதும் மூன்று வகையான நிலைகளில் தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்ளுகிறது. முதல் நிலை, உங்கள் உடல்; இரண்டாவது நிலை அதற்கு உள்ளே இருப்பது. அதுபற்றி உங்களுக்குத் தெரியாது. (இந்த உடலைச் சுறுசுறுப்பானதாகவும், சக்தி வாய்ந்ததாகவும் இயக்கிச் செயல்பட வைக்கும் ஆன்மீக சக்தி உள்ளே உறைந்திருக்கிறது.) மூன்ருவது நிலை, உங்கள் எண்ணங்கள், கருத்துக்கள், ஆசைகள் அனைத்தையும் தொடர்ந்து இயக்கிவரும் மனத்தின் நிலை. இந்த மூன்று நிலைகளிலும் உங்கள் வாழ்க்கையைச் சீராக்கும் சக்திதான் நற்குணம் ஆகும். அது உங்கள் உடலையும் உள்ளத்தையும் புத்தியையும் சீராக்குகிறது. இவ்வாறு சீராக்கப்பட்ட, தூய்மைப்படுத்தப்பட்ட மனம் இருந்தால்தான் சமநிலை, நிதானம், பற்றற்ற நிலை ஆகியவற்றை அடைய முடியும்.

நீங்கள் எவ்வளவுதான் கடுமையாக முயன்ருலும் தூய்மையற்ற மனத்திலிருந்து ஆசைகளை அகற்ற முடியாது. ஏனெனில் மனத் தூய்மையின்மை, ஆசை என்பவை ஒரே பொருளைக் குறிக்கும் இரு வேறு சொற்கள். ஆசையும் தூய்மையின்மையும் நான் ஏற்கனவே விமர்சித்த மூன்று நிலைகளில் கிளர்ச்சி மிகுந்த தன்மையிலே உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதையும் தள்ளிவிடுவதற்காக முயற்சிக்கின்றன. கிளர்ச்சி அடையச் செய்வது ஆசையின் இயல்பு. அதுபோல, சீராக, நிலையாக, பலமாக, மனப்பூர்வமாக அமைந்திருப்பது தூய்மையின் இயல்பு.

ஆகவே தூய்மை, எளிமை, உண்மை, கருணை, தன்னலமின்மை, அடக்கம் ஆகிய பண்புகளையும் பேராசை, பொருமை, அவநம்பிக்கை, தவருன எண்ணம் ஆகியவற்றை அகற்றும் பண்பையும் கடைப்பிடித்து உனது இயல்பை மெதுவாக மாற்றியமைத்து அதனைச் சீரானதாகவும், நுட்பமானதாகவும், தூய்மையானதாகவும் ஆக்குகிறது என்பதும், தூய்மை ஏற்பட்டவுடன் மனம் மாற்றம் அடைகிறது என்பதும் மனேதத்துவ ரீதியாகவும் ஆன்மீக ரீதியாகவும் அமைந்துள்ள ஆழ்ந்த உண்மையா

கும். புலன் வழிப் பொருள்களை நாடி புறத்தே அலைந்து திரிந்த மனம், உள்நோக்கி வரத் துவங்குகிறது. அமைதியான நிலையை வளர்த்துக் கொள்ளத் துவங்குகிறது. 'உட்செலுத்தப்பட்டது' என்ற சொல்லை நான் பயன்படுத்தவில்லை. மனம் உள்ளபடியே உள்நோக்கிச் செல்வதாக இருக்கிறது. புறத்தே அலைந்து திரியும் போக்கு அதனிடம் இப்போது இல்லை. இவ்வாறு தூய்மையின் மூலமாக மனதை உட்புறம் இழுத்து வைத்திருப்பதன் மூலம் உங்கள் உள்ளத்தில் ஊற்றெடுக்கும் உண்மையான மகிழ்ச்சியின் சிறு அறிகுறிகளை நீங்கள் ஒரு கண்ணோட்டமாகக் காண்பீர்கள்.

இது பழங்கால மாதிரிப் பரிகாரமாக இருக்கலாம். ஆனால் அவைதான் உருப்படியான பரிகாரங்கள். ஒருவர் தூய்மையற்றவராக இருந்து கொண்டு மகிழ்ச்சியினைப் பெறலாம் என்று நம்ப முடியாது. குருட்டுத்தனமான மாயையிலே ஒட்டிக்கொண்டு இருக்கின்ற ஒருவர், மகிழ்ச்சியையும் பெறலாம் என்று நம்ப முடியாது. உங்களுடைய சுயநலத்தாலும் கொடுமையினாலும் மற்றவர்களுக்கு வேதனையையும் வருத்தத்தையும் ஏற்படுத்திவிட்டு அதே நேரத்தில் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியை எதிர்பார்க்க முடியாது. நீங்கள் எவ்வளவு அதிகமாக மற்றவர்களுக்கு மகிழ்ச்சி யூட்டுகிறீர்களோ, அந்த அளவுக்கு உங்களுக்கு மகிழ்ச்சி ஏற்படும். இதுதான் சட்டம். ஒருவர் தனது இயல்பையும் பண்பாட்டையும் சீரானதாக ஆக்கிக் கொள்ளுவதும், ஒருவரது தனிப்பட்ட குணத்தை முழுமையாகத் தூய்மையானதாக இருக்கச் செய்வதும் மனிதனின் வாழ்வில் மகிழ்ச்சி ஏற்படுவதற்கு மிகவும் தேவைப்படுபவையாகும்.

இவ்வாறு மகிழ்ச்சி என்பது தன்னலமற்ற தன்மையின் விளைவு. தொடர்ந்து இழுக்கும் புலன்களின் போக்கைப் புறக்கணித்ததின் விளைவு, தினசரி வாழ்வில் தீவிரமாகக் கடைப்பிடிக்கப்பட்ட நற்குணங்களின் விளைவு ஆகும். இந்தச் சட்டம் எப்போதும் இருந்து வந்திருக்கிறது.

மனித சமுதாயம் இருக்கின்றவரை மனித இயல்பிலே இந்தச் சட்டம் இருந்துவரும். இதுதான் உருப்படியான ஒரே பரிகாரம். நீங்கள் தூய்மையாக இருந்தால் தூய்மை யற்ற வாழ்க்கை பற்றிய குற்ற உணர்விலிருந்து வெளிப் படும் வருத்தம் அகன்றுவிடும். நீங்கள் எளிமையாக இருந்தால் ஆசை நிரம்பிய குணத்தால் ஏற்படும் ஏமாற் றங்களும் சிக்கல்களும் முழுமையாக அகன்றுவிடும். எளிய வாழ்க்கை, தொடர்ந்துவரும் துன்பத்திலிருந்து உங்களை விடுவிக்கும். நீங்கள் உண்மையாக வாழ்ந்தால், பொய் மையில் வாழ்ந்து என்றும் அச்சமும் கவலையும் கொண் டிருக்கும் உலகம் இல்லாது போய்விடுகின்ற நிலையை நீங்கள் அறிந்துகொள்ளலாம். ஒரு பொய்யை மறைப் பதற்காக நீங்கள் பல பொய்களைச் சொல்லவேண்டியிருக் கும். பின்னர், “நாம் பொய் சொல்லியிருப்பதை யாரேனும் கண்டுபிடித்துவிட்டால் என்ன ஆகுமோ” என்ற அச்சத்திலும் கவலையிலும் உங்கள் மனம் நிரந்தர மாக ஆழ்ந்திருக்கின்றது. உண்மையைக் கடைபிடிப்ப தன் மூலம், பொய்மை, உங்களிடத்தில் ஏற்படுத்துகிற அச்சத்தையும் கவலையையும் மகிழ்ச்சியின்மையையும் நீங்கள் அகற்றுகிறீர்கள்.

பிறகு மனத் திருப்தி. உள்ளதை வைத்துக்கொண்டு மனத் திருப்தி அடைவதன் மூலம் நீங்கள் உலகிலேயே மிகச் சிறந்த பணக்காரராக விளங்குகிறீர்கள். உங்களிடம் பொறாமை ஏதுமில்லை. உங்களிடம் இருப்பதை வைத்துக் கொண்டு நீங்கள் முழுமையாகத் திருப்தி அடைகிற போது, உங்களிடம் இருப்பதைவிட அதிகமாக வைத் திருப்பவர்களைப் பார்த்து நீங்கள் பொறாமைப்படுவதில்லை. மாறாக, மற்றவர்கள் அதிர்ஷ்டசாலிகளாக இருப்பதைக் கண்டு நீங்கள் மகிழ்ச்சி அடைகிறீர்கள்.

உங்களது உண்மை வாழ்க்கையின் மகத்தான மகிழ்ச்சி

இவ்வாறு மகிழ்ச்சியை அனுபவிப்பதற்காக நற் குணங்களை வளர்த்துக் கொள்ளுவது என்பது மனோதத்து

வத்தின் துவக்க நிலையாகும். ஆனால் மேலே உயர்ந்து செல்ல இது போதாது. உங்களுக்குக் கிடைத்திருக்கிற மன மகிழ்ச்சி உவகையூட்டுவதாக இருந்தாலும், இந்த மகிழ்ச்சியுடன் நீங்கள் திருப்தி அடைந்து விடக் கூடாது. கிடைத்திருக்கிற மகிழ்ச்சி லாபகரமானதுதான். ஆனால் இதைவிடவும் சிறந்த, மேலான ஒரு மகிழ்ச்சியைத் தரக்கூடிய இலக்கை அடைய நீங்கள் பாடுபடவேண்டும். அந்தப் பெருமகிழ்ச்சி உங்களது உண்மை வாழ்வின் மகிழ்ச்சி; உங்களது உண்மை இயல்பின் மகிழ்ச்சி; உங்களுக்குள் உறைந்திருக்கிற ஆன்மாவின் மகிழ்ச்சி. நீங்கள் உடல், புலன்கள், மனம், புத்தி இவற்றுக்கு மேற்பட்ட ஒரு நிலையில் நிலைத்து இருக்கின்றபோது இந்த மகத்தான மகிழ்ச்சி உங்களுக்கு ஏற்படுகிறது. இவற்றுக்கு மேலாக உங்களது வாழ்வில் துவக்க நிலையில் மாறுதல் அடையக் கூடிய செயல் முறைகளாக இருக்கக் கூடியவைகளுக்கு மேலாக நிலையான, மாறுத அமைதியான சாட்சிப் பொருள் ஒன்று இருக்கிறது.

நீங்கள் மனம் அல்ல; மனம் உங்களது கருவி. நீங்கள் உடலோ, புலன்களோ அல்ல. உடலும், புலன்களும் நீங்கள் அணிந்து கொள்ளும் ஆடைகள் போன்றவை; லோகாயதமான ஒரு போர்வையைப் போன்றவை; அவ்வளவுதான். இவையனைத்தையும் விடச் சிறப்பு மிக்கதான, இவையெல்லாவற்றையும் கடந்து உயர்ந்து நிற்கிற தெய்வீகமான ஆன்ம ஸ்வரூபியாக நீங்கள் உங்களுக்குள் உறைந்திருக்கிறீர்கள். எல்லையிலாப் பேரானந்தம் அதன் இயல்பு. எந்த விதமான வருத்தமும், அச்சமும், ஆசையும் உங்களை ஒருபோதும் தொட முடியாது. ஆகவே, தினசரி சிறிதளவேனும் மௌனமாக, அமைதியாக உள்நோக்கி தியானம் செய்யுங்கள். நீங்கள் உண்மையில் எப்படி இருக்கிறீர்களோ, அப்படியே உணருங்கள். அந்த அனுபவம் உங்களுக்கு ஒரு கணம் ஏற்பட்டாலும், அந்த அனுபவத்தின் தன்மையை மேற்போக்காக ஒரு தடவை உணர்ந்தாலும் நீங்கள் தியா

னம் செய்யத் தவறமாட்டீர்கள். நீங்கள் உணவு உட்கொள்ளாமல் இருப்பீர்கள். தண்ணீர் குடிக்காமல் இருப்பீர்கள். ஆனால் அமைதியாக இருந்து உள்நோக்கிச் சென்று, நீங்கள் உண்மையில் எதுவாக இருக்கின்றீர்களோ அதனை உணர்ந்துகொள்ளும் இந்த நல்ல வாய்ப்பினை நீங்கள் இழக்கமாட்டீர்கள்.

கவலையைக் கடந்த பாதை, என்றும் பெருக்கெடுத்து வரும் உற்சாகத்துக்கான வழி, உண்மையான மகிழ்ச்சியைத் தரும் வழி, உங்களுக்குள்ளேயே உறைந்திருக்கிறது. வேதனை அளிக்கும் எதிர்ச்செயல், குறைபாடு, லோகாயதமான உலகில் காணப்படும் களங்கத்தின் ஒரு அறிகுறி ஆகிய அனைத்தும் இல்லாத கலப்படமற்ற அனுபவம் இது. இது, உவகையளிக்கக்கூடிய சரியான நிலை; அமைதியும், வர்ணிக்க இயலாத பூரண ஒளியும் திருப்தியும் உள்ளே உறைந்திருக்கக்கூடிய நிலை. உங்களில் ஒவ்வொருவரும் கவலையிலா இந்தப் பாதையில் நடைபோட வேண்டும். இது உங்கள் சக்திக்கு உகந்தது தான். இதற்கு விசேஷத் தகுதிகள் எதுவும் தேவையில்லை. நீங்கள் பெரும் செல்வந்தராக இருக்கவேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை. உங்களுக்கு வங்கியில் பெருமளவுக்கு பணம் இருக்கவேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை. நீங்கள் எம். ஏ. படித்தவராகவோ, டாக்டர் பட்டம் பெற்றவராகவோ இருக்கவேண்டும் என்ற அவசியமில்லை. மனிதராக உங்களைப் படைத்திருக்கிற இறைவன், இந்த ஆன்ம சாதனைக்குத் தேவையான உண்மை, மகிழ்ச்சி என்னும் அற்புத லாபத்தைப் பெறுவதற்குத் தேவையான அனைத்தையும் கொடுத்திருக்கிறார். ஒரே ஒரு நிபந்தனை என்னவென்றால், சிறுமைத் தனம் புறக்கணிக்கப்பட வேண்டும். சிறப்பான ஒன்று உங்களது லட்சியமாக, உங்கள் வாழ்க்கையில் தோன்றும் தாகத்தைத் தணிக்கும் பொருளாக, தேடப்படும் மையமாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட வேண்டும். இதனை உங்கள் இலக்காகக் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்குள் உறைந்திருக்கும் உண்மையை, உங்களுக்

குள் உறைந்திருக்கும் கடவுளை, உங்கள் உண்மையான இயல்பை, உங்கள் வாழ்வின் மையக் குறிக்கோளை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். மற்றவையெல்லாம் இரண்டாம் பட்சமாக இருக்கட்டும். இந்தத் தாகம் மட்டும் பிரதானமாக இருக்கட்டும். விவேகத்தின் மூலமும் விஷயங்களின் உண்மை இயல்பினை ஆராய்வதன் மூலமும் சிறுமையான விஷயங்களை மனத்தால் கூட எண்ணாமல் இருப்பதன் மூலமும், உங்களிடத்திலும் இந்த அனுபவத்தைப் பெறவல்ல உங்கள் சக்தியிலும் நம்பிக்கை கொள்ளுவதன் மூலமும் இந்தத் தாகம் இலக்கு, அமைதியான சிந்தனை மற்றும் தியானத்தின் மூலம் மேற்கொள்ளப்படும் தினசரி முயற்சி ஆகியவற்றின் மீது பக்தி சிரத்தையுடன் இருப்பதன் மூலமும் ஆன்ம சாதனை புரியத் துவங்கிய முதல் நாளிலிருந்து அந்த மகிழ்ச்சியின் அறிகுறியைக் காண்பீர்கள்; அந்த இலட்சியத்தை உணருவீர்கள். இது உன்னதமான சர்வரோக நிவாரணி. இது எல்லாக் கவலைகளையும் வேதனைகளையும் போக்கக்கூடியது. இது நீங்கள் இறந்த பின்னர் அல்லாமல், இப்போதே இங்கேயே மகத்தான அனுபவத்தைத் தரும். இந்த வாழ்க்கையிலிருந்து விடுபட்டுப் போகும்போது வெற்றிகரமாகவும் எஜமானனைப் போலவும் உவகை பொங்கவும் செல்லுகின்ற அளவில் இந்த அனுபவம் இப்போதே இங்கேயே இருந்தாக வேண்டும். உங்களுடைய இலக்கு இதுவாகவே இருக்கவேண்டும். உங்கள் வாழ்வின் நோக்கம் இதுவாகவே இருக்கவேண்டும். மரண பயம் இல்லை. எதற்கும் பயமில்லை. ஏனெனில் உங்களுக்கு இறப்பு என்பது இல்லை. இதுதான் உங்கள் இயல்பு. நமது மகிழ்ச்சியினை அளிப்பதை மட்டுமே நாம் புறக்கணிக்க வேண்டும். இந்த சிறுமைப் புலன்வழி இன்பங்களை பொருள்களை நாம் புறக்கணிக்கும்போது உருப்படியான எதையும் நாம் புறக்கணிக்கவில்லை. மாறாக நாம் புத்திசாலித்தனமான ஒரு செயலையே செய்கிறோம். புலன்வழி இன்பம், நமது மகிழ்ச்சியினைச் சூறையாடுகிறது. ஆதலால் நாம் அதனைப் புறக்கணிக்கிறோம். மதிப்புமிக்க எதனை

யும் நாம் புறக்கணிக்கவில்லை. உண்மையான மகிழ்ச்சியின் உண்மையான எதிரிகளாக இருப்பவைகளை, உன்னதமான அனுபவத்தைப் பெறுவதற்குரிய நமது வழியில் தடையாக இருப்பவற்றை, போலியான, எதிர்மறையான புலன்வழி அனுபவங்களின் மூலம் உண்மையான மகிழ்ச்சியினை அழிப்பவற்றை நாம் புறக்கணிக்கிறோம். ஆகவே, புத்திசாலித்தனம், பொது அறிவு, உண்மையான பகுத்தறிவு ஆகியவற்றை ஆதாரமாகக் கொண்டு உங்கள் வாழ்க்கையை உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள். புத்திசாலித்தனத்தை, உண்மையான வகையில், பகுத்தறியும் நிலையில் பயன்படுத்துங்கள். உன்னதமான அனுபவத்தைத் தராத பொருட்களை அறிந்துகொள்ளுங்கள். ஆகவே, உண்மை எது, பொய்யானது எது, அழியக்கூடியது எது, அழியாதது எது, சிறுமையானது எது, மாறி மறையக்கூடியது எது என்றும், உண்மையானதும் என்றும் நிலைத்திருப்பதும், மாறாததுமான பொருள் எது என்றும் எப்போதும் ஆராய்ந்து தெரிந்து கொள்ளுங்கள். இத்தகைய பகுத்தறிவைப் பயன்படுத்தி உங்கள் வாழ்க்கையை உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள். இவ்வாறு பகுத்தறிந்து, நிலையானதும், சரியானதும், நீடித்திருக்கக்கூடியதும், உண்மையானதுமான ஒன்றை நோக்கி எப்போதும் முன்னேறுங்கள். இதற்கு மாறான அனைத்தையும் புறக்கணித்துவிடுங்கள். இதுதான் வீரஞ் செறிந்த வாழ்க்கை ஆகும்.

கடவுள் உங்களை வாழ்த்துகிறார். என்றும் மனத்தில் வாழ்கின்ற இறைவன் உங்களுக்கு தெய்வீகக் கருணையை பொழியட்டும். மேற்கு நாடுகளிலும் கிழக்கு நாடுகளிலும் வாழ்ந்த, வாழ்ந்துகொண்டிருக்கிற ஞானியர்களும் துறவியர்களும் உங்களை வாழ்த்தட்டும்.

மேலும் அவர்கள் உன்னதமான அருள், உன்னதமான உவகை ஆகிய நிலைக்கு அழைத்துச் செல்லக்கூடிய பாதையில் நடைபோடுவதற்கான பலத்தையும் உற்சாகத்

தையும் உங்களுக்கு அளித்து இந்த வாழ்க்கையிலேயே, இங்கேயே இப்போதே இந்த மகத்தான உவகையை நீங்கள் பெறுவதற்கு அருள்புரியட்டும். இதுதான் கவலையிலாப் பெரு வாழ்வுக்கு, உன்னதமான ஆன்மீக அனுபவத்துக்கு, உண்மையை உணர்ந்துகொள்ளும் அனுபவத்துக்கு, உள்ளுறையும் பேரானந்தத்தை உணர்ந்துகொள்ளும் தன்மைக்கு வழிநடத்திச் செல்லும் பாதையில் நடைபோடும் தங்களின் பணிவான தொண்டனும், சகோதர சாதகனுமான அடியேனின் மனப்பூர்வமான விருப்பமும் இதயபூர்வமான பிரார்த்தனையும் ஆகும். உங்கள் அனைவருக்கும் கடவுள் அருள்புரியட்டும்.

உ. யோகசாதனையில் நிகழும் மர்மமான அற்புதம்

'யோகம்' என்ற சொல் துரதிர்ஷ்டவசமாக, மர்மமான செயல்களுடனும் மாயமான சக்திகளுடனும் விநோதமான, அசாதாரணமான அனுபவங்கள் சம்பந்தமான சிந்தனைகளுடனும் சம்பந்தப்படுத்தப்படுகிறது. பொதுவாக 'யோகி' என்பவர் யோகம் பயின்றவராகக் கருதப்படுவதில்லை; சாதாரணமாக மற்றவர்களால் செய்ய முடியாத சில குறிப்பிட்ட செயல்களைச் செய்பவர் என்றே கருதப்படுகிறார். ஒரு வகையில் இது உண்மைதான். காரணம், யோகியின் குறிப்பிட்ட சில செயல்களைப் பலரால் செய்ய முடியாது. ஆனால் யோகி என்பவர் விண்ணில் பறக்கின்றவர் என்றோ, மாதக் கணக்கில் பட்டினி கிடப்பவர் என்றோ, பலவாரங்களுக்கு பூமிக்கு அடியில் புதைந்து கிடப்பவர் என்றோ அல்லது அதிசயமான, அசாதாரணமான, கண்டால் தவிர நம்ப இயலாத செயல்களை மட்டுமே செய்பவர் என்றோ கருதப்படக்கூடாது.

இந்த எண்ணத்திற்குக் காரணம், இடையில் உள்ள தூரம்தான். தொலைவில் இருக்கிற எதுவும் மர்மமாகவே தோன்றுகிறது. மேலும் இத்தகைய செயல்களைப்பற்றி பரிகசிக்கத்தக்க முறையில் பரப்பப்பட்டிருக்கிற கதை

களின் காரணமாகவும் இப்படி ஒரு எண்ணம் ஏற்பட்டிருக்கக் கூடும்.

ஒரு யோகியைப்பற்றித் தெரிவிக்கப்படும் பொதுவான கருத்து, பெரிதும் தவறானதாகவும், தவறாகப் புரிந்து கொண்டதன் விளைவாகத் தெரிவிக்கப்பட்டதாகவும் இருந்தபோதிலும் அது முற்றிலும் ஆதாரமற்றது அல்ல. ஆனால் அந்த ஆதாரம் பெரிதுபடுத்தப்பட்டிருக்கிறது; தவறாகப் பயன்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது; மிகைப்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது; இடப் பொருத்தமில்லாமல் பயன்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது. அது முற்றிலும் மாறானதாகத் தோன்றும் அளவுக்கு முழுமையாகத் திரிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

யோக சாதனையில் அதிசய அம்சங்கள் இருக்கத்தான் செய்கின்றன. மாயமான அனுபவங்களும் ஏற்படத்தான் செய்கின்றன. இதனை யாரும் மறுக்க முடியாது. ஆனால் யோக சாதனை இதற்காகச் செய்யப்படுவதில்லை. இந்த அதிசய அம்சங்களுக்கு அடிப்படையாகவும் விளக்கமாகவும் இருப்பவை எவை என்று பார்க்கவேண்டும். இந்த அதிசய அம்சங்களைப் பற்றி மகான்கள் தெரிவித்துள்ள கருத்து என்ன? இவை, பரிசீலிப்பதற்கு ஆர்வமூட்டும் விஷயங்கள் மட்டுமல்ல, உங்களுக்கு முக்கியமானவையும் கூட. நீங்கள் அனைவரும் சாதகர்களாக இருப்பதால் குறைந்தபட்சம் அவற்றில் ஒன்றாவது தனிப்பட்ட முறையில் உங்களுக்குச் சம்பந்தப்பட்டதாக இருக்கும்.

இன்றைய சொற்பொழிவின் பொருள் ''மர்மமாக நிகழும் அற்புதம்'' என்பது அல்ல; ஆனால் ''யோக சாதனையில் நிகழும் மர்மமான அற்புதம்'' என்பதாகும். மறைந்திருக்கிற, எளிதில் காணமுடியாத, ரகசியமான ஒன்றுதான் மர்மமான அற்புதம் என்று சொல்லப்படுகிறது. யோக சாதனையின்போது யோகம் சம்பந்தமாக ஆசிரியர்களுக்கும் மாணவர்களுக்கும் அற்புதமாகத் தோன்றும் விஷயம் குறித்து இப்போது நாம் சிந்திக்க உள்ளோம்.

ஆகவே, மர்மமான அற்புதம், யோக சாதனைமிக்க வாழ்வுக்குச் சம்பந்தப்பட்டது என்ற பொருள் குறித்து ஆய்வு செய்ய நாம் முயற்சிப்போம்.

யோகம் என்பது, பரிணும வளர்ச்சியை உணர்வுடன் வேகப்படுத்துவதாகும்.

முதலில், யோக வாழ்க்கை என்ருல் என்ன என்ற தெளிவான கருத்து நமக்கு இருக்க வேண்டியது மிகவும் அவசியம். மனிதனின் இலக்கு, பரிணும வளர்ச்சி. நாம் மீண்டும் இயற்கையான தெய்வீக நிலையை உணர வேண்டியவர்கள். இறுதியான பரிபூரண ஆனந்த நிலையை நோக்கி நாமெல்லாம் முன்னேறுகிறேம். எனினும் சாதாரணமாக மனிதனின் பரிணும வளர்ச்சி மிகவும் மெதுவாக இருக்கிறது. ஒருவேளை எண்ணற்ற ஆண்டுகள் நீடித்து, பல பிறவிகள் எடுத்து வாழ்ந்து ஒவ்வொரு பிறவியிலும் ஒரு சிறிதளவே முன்னேறுவது இதற்குக் காரணமாக இருக்கலாம். ஒவ்வொரு பிறவியிலும் ஒரு சிறிதளவே முன்னேற்றம் அடையலாம் என்ற இந்த நிலையில், உடலுடனை பந்தம் காரணமாகவும், உள்ளத்தினுள்ளே விருப்பம் - விருப்பமின்மை என்றும், ஈடுபாடு - வெறுப்பு என்றும் நடைபெறுகிற போராட்டத்தாலும் ஒவ்வொருவரும் சொல்லொணுத் துன்பத்தையும் வருத்தத்தையும் பெருமளவில் வேதனையையும் அல்லலையும் அனுபவிக்க வேண்டியிருக்கிறது. இந்த உடல் கடந்துசெல்ல வேண்டிய வளர்ச்சி, மாற்றம், அழிவு, மரணம் என்னும் நான்கு வேறுபட்ட அனுபவங்கள் அனைத்தையும் ஒரு மனிதன் பெற்றுச் செல்லுகிருன். மனதுக்குப் பிடிக்காத ஒன்று தொடர்புக்குக் கொண்டுவரப்படும்போது வருத்தம் ஏற்படுகிறது. மனதுக்கு இசைவான ஒன்றிலிருந்து பிரிக்கப்படும்போது வருத்தம் ஏற்படுகிறது; நாம் விரும்புவது கிடைக்காதபோது வருத்தம் ஏற்படுகிறது; நாம் எண்ணியது நிறைவேருதபோது வருத்தம் ஏற்படுகிறது; நாம் விரும்பாததைப் பெறும்போது வருத்தம் ஏற்படுகிறது. முடிவாக அனைவரிடத்திலிருந்தும் அனைத்திலிருந்தும் பிரிந்து செல்லும்போதும் வருத்தம் ஏற்படுகிறது.

பந்தபாசம், குறைகள், கிளர்ச்சி, அமைதியின்மை, வேதனை, இன்னல், கவலை ஆகியவை நிறைந்த வாழ்க்கை பற்றி நமது பெரியோர்கள் மிகவும் சிந்தித்திருக்கிறார்கள். இந்த உலகியல் வாழ்வில் ஏற்படும் இன்னல்கள்பற்றி ஆய்வு செய்த அவர்கள் ''இல்லை! இப்படி பிறவிக்குப் பிறவி இந்த உலகில் இழுபறி நிலையில் நீடித்துக்கொண்டிருக்கக் கூடாது! நாம் நமது மகத்தான லட்சியப் பயணத்தை விரைந்து பூர்த்தி செய்துகொள்ளுவதற்கும் முடிவான அருளையும் பூரணத்துவத்தையும் அடைவதற்கும் இசைவான ஒரு செயல்முறை இருக்கத்தான் வேண்டும்'' என்று கூறினார்கள்.

இவ்வாறு ஒரு லட்சியத்தை நிறைவேற்றிக் கொண்டு பூரணத்துவத்தை அடைவது என்னும் பணியில் வேகமாகச் செல்லுவதற்கான ஒரு செயல் நுட்பமானது 'யோகம்' எனப் பெயரிடப்பட்டது. யோகம் என்பது உயர்ந்து செல்லும் பணியினை மிகவும் வேகமாக தீவிரப் படுத்துவதாகும். ஏனெனில் ஒரு யோகி, மெதுவான, இழுபறி நிலையில் உள்ள செயல்முறை விரும்புவதில்லை. இந்தியாவில் இப்படி விரைந்து செயல்பட்டு அந்த தெய்வீகத் தன்மையை அடைந்து விடுவது 'யோகம்' எனப்படுகிறது. அதாவது, நீங்கள் இந்த யோக மயமான வாழ்க்கையை வாழத் துவங்கினால், பல பிறவிகள் எடுத்து இரண்டாயிரம் அல்லது மூவாயிரம் ஆண்டுகளில் சாதிக்கக் கூடியதை மிகக் குறுகியதான இந்த வாழ்நாளிலேயே—இந்தப் பிறவியிலேயே சாதிக்க முயற்சிக்கிறீர்கள் என்று பொருள். ஆகவே யோகம் என்பது ஒரு பிறவியிலேயே விரைந்து உயர்நிலைக்குச் செல்வது அல்லது ஒருவேளை இந்த ஒரு பிறவியிலும் ஒரு சில ஆண்டுகளிலேயே அந்த உயர்வினை அடைவது என்பதாக ஆகும். யோக வாழ்க்கையை இந்தக் கோணத்திலிருந்து நீங்கள் நோக்கினால் உங்களுக்குப் புதிராகத் தோன்றும் பல விஷயங்கள் புரியத் துவங்கும்.

ஒரு தாவரஇயல் நிபுணர் தனது பூக்கள் சம்பந்தமான ஆய்வுக் கூடத்தில் மேற்கொள்ளும் ஒரு செயல் முறை மூலம் ஒரு பழத்தின் விதையை விதைத்து மூன்று மாதங்களில் காய்கள் காய்க்குமாறும் ஆறு மாதங்களில் பழங்கள் பழுத்துக் குலுங்குமாறும் செய்ய முடியுமானல் அது ஆச்சரியமான, அசாதாரணமான ஒரு செயலாகக் கருதப்படும். ஊரெல்லாம் அவரைப்பற்றியே பேசுவார்கள். இந்த ஆய்வுபற்றி புகைப்படங்களுடன் பத்திரிகைகள் செய்தி வெளியிடும். சாதாரணமாக எடுத்துக் கொள்ளப்படும் அதிகமான கால அளவைவிட மிகக் குறுகியகால அளவில் தீவிரப்படுத்துதல் மூலம் சாதிக்கப் பட்டிருக்கிற இந்த அதிசயம் குறித்து வானெலியும் தொலைக் காட்சியும் விளம்பரம் செய்யும்.

யோகம் என்பது தீவிரப்படுத்தல் ஆகும். ஒரு சாதகன் மற்ற சமயங்களில் அதிகமான கால அளவிற்குப் பிறகு பெறக்கூடிய அனுபவங்களை இவ்வாறு தீவிர முயற்சியை மேற்கொள்ளுவதன் மூலம் மிகக் குறுகிய கால அளவிலேயே பெறமுடிகிறது. அசாதாரணமான தோற்றங்களும் அசாதாரணமான அற்புதங்களும் அடிக்கடி நிகழுகின்றன. குறிப்பிட்ட நபரிடத்தில் என்ன நடக்கிறது என்று அறியமுடியாதவர்களுக்கு இது அசாதாரணமானதாகத் தோன்றுகிறது. ஆனல் அதனை நன்கு புரிந்து கொண்டவர்கள் ஏன் அவ்வாறு நிகழுகிறது என்பதை தெளிவாக அறிந்துகொள்ளுகிருர்கள்.

யோக சாதனை புரிகின்ற அனைவருக்கும் இந்த அற்புத அனுபவம் கிடைப்பதாகச் சொல்ல முடியாது. தனது நாடி, நரம்புகள், இதயம், மனம், சக்தி ஆகிய அனைத்தின் மூலமும் முயற்சி செய்து யோக வாழ்க்கைக்குத் தன்னை பரிபூரணமாக சமர்ப்பணம் செய்து கொள்ளுகிறவர்களின் வாழ்க்கையில் மட்டுமே இத்தகைய அற்புத அனுபவங்கள் ஏற்படுகின்றன.

யோகியின் வாழ்வின் ஐந்து நிலைகளில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்

ஒரு சாதகன் இவ்வாறு உயர்ந்து செல்லுகிற செயல் முறை, சாதகனின் வாழ்க்கையில் ஐந்து வெவ்வேறு நிலையிலான மாற்றங்களைத் தோற்றுவிக்கிறது.

உடலளவிலான நிலையில் பலவித மாற்றங்களும் அனுபவங்களும் காணப்படுகின்றன. மனம் மற்றும் பிராணன் அளவிலான நிலையில் சில மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன; சில திறமைகள் இயற்கையாக வெளிப்படுகின்றன; குறிப்பிட்ட சில அற்புதங்களும் நிகழுகின்றன. இவற்றில் சில தாமாக மனத்தளவில் தோன்றுபவை; மற்றும் சில புறப்பொருள்களுக்குச் சம்பந்தமான மனதுக்குச் சம்பந்தமற்றவை. மூன்றாவது நிலை, மனம் பிராணன் அளவிலான நிலைக்கும் உள்ளே அமைந்திருக்கும் சார்பு நிலையாகும். இந்த நிலையிலும் குறிப்பாகச் சில அற்புதங்கள் நிகழுகின்றன. நான்காவது உங்களது ஆன்மீக நிலை. இந்த ஆன்மீக வெளிப்பாட்டின் மூலம் உங்களுக்குள்ளே நிகழுவதை உங்களால் நன்கு உணர்ந்துகொள்ள முடிகிறது. இது சாதகனின் மனத்தளவில் ஏற்படுகிற அனுபவம். ஆகவே உள்ளே என்ன நடக்கிறது என்பது சாதகனுக்குத்தான் தெரியும் மற்றவர்களால் அதனை உணர முடியாது. ஏனெனில் அது சாதகனின் வாழ்வின் அடித்தளத்தில் ஆழமாக அருமையாக அமைந்திருக்கிற நிலையாகும். ஐந்தாவது மிக உயரிய நிலையாகிய உன்னத உணர்வு நிலையாகும். இது பிரபஞ்ச உணர்வு நிலை, இறை உணர்வு நிலை, இந்த நிலையில் ஏற்படும் அற்புதம், உண்மையில் நாம் அதிசயமாகக் காணும் நிகழ்ச்சிகள். ஏசு கிறிஸ்து இந்த நிலையிலிருந்துதான் செயல்பட்டார். இந்த உன்னதமான பிரபஞ்ச உணர்வின், இறை உணர்வின் புகழும் சக்தியும் வெளிப்படுத்தப்பட்டதன் விளைவாகத்தான் அவரது வாழ்க்கையில் நாம் பல அற்புதங்களைக் கண்ணுற்றோம். அவர் இந்த அற்புதங்களை சாதாரண

மனிதன் என்ற நிலையிலிருந்து செய்யவில்லை, ஒரு தெய்வீக நிலையிலிருந்து செய்து காட்டினூர். இவ்வாறு யோகியின் வாழ்வில் ஏற்படும் ஐந்து நிலைகளிலும் மர்மமான அற்புதங்கள் காணப்படுகின்றன. யோக சாதனையை சிரத்தையுடன் செய்தால் யோகாசனம், சுவாசப் பயிற்சி அல்லது சிறிதளவே கவனம் செலுத்திச் செய்யப்படும் சுவாசப் பயிற்சியான பிராணுயாமம் ஆகியவை பல்வேறு மர்மமான அனுபவங்கள் ஏற்படுத்தக்கூடும்.

யோகாசனங்களைப் பயிலுகின்ற ஒருவர், "ஆசனங்களில் வெற்றி" காணும் "ஆசன ஜய" என்ற பெருமையினை அடைகிற வரை தொடர்ந்து சிரத்தையுடன் பயிற்சி செய்து வந்தால் அவ்வப்போது அசாதாரணமான உணர்வுகள் ஏற்படும். நீங்கள் ஒரு டன் எடை உடையவராக இருப்பது போன்ற உணர்வு உங்களுக்கு ஏற்படும். உங்கள் எடையில் பூமியே அழுந்துவதாகவும் நீங்கள் உணரக் கூடும். நீங்கள் இருக்கும் இடத்திலிருந்து எதுவும் உங்களை அசைக்க முடியாது என்ற அளவுக்கு உங்களது எடை இருப்பதாக உணருகிறீர்கள். சில சமயம் இதற்கு நேர் மாருன அனுபவம் உங்களுக்கு ஏற்படும். உங்கள் உடம்பில் எடையே இல்லாதது போன்ற உணர்வு உங்களுக்கு ஏற்படும். நீங்கள் உட்கார்ந்திருக்கும்போது உட்கார்ந்திருப்பதான உணர்வுகூட உங்களுக்கு இல்லாதிருக்கும். இந்த இரு அனுபவங்களும் நீங்கள் ஆசனங்களை வெற்றி கொண்டவராகத் திகழும்போது ஏற்படுகிறது. இது உங்கள் மனத்தளவில் ஏற்படுகிற அனுபவம். மற்றும் சில சமயங்களில் தியானத்தில் குறிப்பிட்ட ஆசனத்தில் அமர்ந்திருப்பவர்களுக்கு தம்மைக் குலுக்குவது போன்ற அனுபவம் ஏற்படும். இது மிகவும் சாதாரணமாக நிகழக் கூடியது. இது போன்ற ஒரு ஆசனத்தில் சாதகர் சிறிது நேரம் அமர்ந்திருந்தால், முதலில் அமர்ந்திருந்த இடத்திலிருந்து பல அடி தூரம் தள்ளி அமர்ந்திருக்கும் அனுபவா் ஏற்படும். யாரும் அவரைத் தூக்கி அமரச் செய்யவில்லை; அவருக்குக் காயம் எதுவும் ஏற்படவில்லை. தான்

நகர்ந்துவந்து அமர்ந்த உணர்வே சாதகனுக்கு இருப்ப தில்லை. ஆசனங்களைத் தொடர்ந்து பயிற்சி செய்து வருகிறவர்களுக்கு ஒன்று அல்லது இரண்டு ஆண்டுகளில் இத்தகைய அனுபவம் ஏற்படக்கூடும். ஆதலால்தான் சாதகர்கள் உயரமான இடத்திலும் குன்றின் மீதும் மற்றும் இவைபோன்றவற்றின் மீதும் அமரக்கூடாது என்று மகான்கள் கூறியிருக்கிறார்கள். மாறாக, சாதகன் ஒரு அறையில் தரையின்மீது ஏதேனும் ஒன்றைப் போட்டு அதன்மீது அமர்ந்து கொள்ள வேண்டும் என்று கூறியிருக்கிறார்கள்.

இது எப்படி நிகழுகிறது? ஹடயோகத்தில் தூய் மைக்கு மிகவும் முக்கியத்துவம் தரப்படுகிறது. தூய்மை யான நிலையை அடைவதே யோகம். இப்படி தூய்மைப் படுத்தும் பணி நடைபெறுகிறபோது, உடலின் அணுக்கள் தோறும் மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. உள்ளே பாய்ந்து வரும் நாடிகள் மூலம் மனோதத்துவ சக்தியிலும் மாற்றம் ஏற்படுகிறது. இவ்வாறு நிகழும்போது இதுவரை செயல் படாமல் இருந்த ஒரு புதிய நரம்புப் போக்கு, உடம்பில் அதிகமாக உள்ள சத்துவ குணத்தின் காரணமாக செயல் வேகம் மிக்கதாக ஆக்கப்படுகிறது. இதனால் உடம்பில் எதிர்ச்செயல் ஏற்படுகிறது. சில சமயம் உடம்பு குலுக்கப் படும் அனுபவமும் ஏற்பகிறது.

சில மனோதத்துவ சக்திகள்

மனம் மற்றும் பிராணன் சம்பந்தப்பட்ட நிலையில் சாதகர்கள் மிகச் சிறிய அளவில் யோகப் பயிற்சி செய் திருந்தாலும்—அதனை 'யோகம்' என்ற பெயரில் அறிந்து செய்திருந்தாலும் அல்லது வெறும் உடற்பயிற்சி என்ற அளவில் பயிற்சி செய்திருந்தாலும் அவர் கள் தம்மிடத்தே சில திறமைகள் வளர்ந்திருப்பதை உணருகிறார்கள். இது அவர்களுக்குச் சர்வ சாதாரண மான அனுபவமாக இருக்கிறது. இந்தத் திறமைகள்

அல்லது உள்ளே நிகழும் மர்மமான அனுபவங்களில் மிகவும் பொதுவானது எண்ணத்தை அறிவதாகும். நீங்கள் ஒருவரிடம் பேசிக்கொண்டிருக்கிறீர்கள். அவர் பேசுவதற்கு முன்பாக அவர் என்ன பேசப்போகிறார் என்பது உங்களுக்குத் தெரிகிறது. நீங்கள் தொலை பேசியை எடுத்து ஏதேனும் பேசலாம். மறுமுனையில் கேட்பவர் நீங்கள் பேசுவதையே நினைத்துக்கொண்டிருக்கிறார். பேசும்போது, எதிரே இருப்பவர் என்ன பேசக் கூடும் என்பதை முன்னதாகவே நீங்கள் யூகிக்கிறீர்கள். அவர் மனதில் என்ன இருக்கிறது என்பதை நீங்கள் சொல்லத் துவங்குகிறீர்கள். இது, பேச்சு சமிக்ஞை இன்றி மனத்தினால் கருத்து அறிவிப்பதாகும். ஆனால் இது இந்த வகையில் வளர்ச்சி பெற்றதாக அல்லாமல் திடீரென்று நிகழுவதாக உள்ளது. நீங்கள் இச்செயலில் ஈடுபடும்போது கூட இதுபற்றிய உணர்வு உங்களுக்கு இருப்பதில்லை. பேச்சு சமிக்ஞை இன்றி மனத்தினால் கருத்து அறிவிக்கும் செயல், இயற்கையாக நிகழுகிறது. மர்மமான அற்புதத்தில் முதலாவதாகவும், மிகச் சாதாரணமாக நிகழுவதாகவும் இது அமைந்திருக்கிறது. இச் செயல் மனத்தளவில் நிகழுவதாகும்.

இரண்டாவது ஞான திருஷ்டி. இதுவும் சாதாரணமாக நிகழுவதாகும். தொலைவில் இருக்கும பொருளை பலரால் பார்க்கமுடிகிறது. கேள்வி ஞானத்தால் இருநூறு மைல் களுக்கு அப்பால இருக்கிற ஒருவர் பேசுவதை உங்களால் நன்றாகக் கேட்கமுடியும். திடீரென்று இந்த நிலையை நீங்கள் அடைந்துவிடக்கூடும்.

பேச்சு சமிக்ஞை இன்றி மனத்தினால் கருத்தறிதல், ஞான திருஷ்டி, கேள்வி ஞானம் இவையெல்லாம் ஆரம்ப நிலையில் ஏற்படும் மூன்று மர்மமான அற்புதங்கள். ஒருவரது பிராணன் சீரடைந்து, மனம் தூய்மைப்பட்டு இருக்கும்போது இந்த அற்புதங்கள் தாமாக நிகழு கின்றன. இவை யாரிடத்தில் நிகழுகின்றனவோ

அவருக்குத் தெரியாமலேயே இவை நிகழுகின்றன. இவ்வாறு நிகழுவதை அறியும் ஒருவரும் இது அசாதாரண மானது என்பதை உணராமல் இதனை மிகச் சாதாரண மானதாக எண்ணுகிறார். ஒன்று, ஒரு மனிதனிடத்தில் மெதுவாக வளர்ச்சி அடையும்போது அது அசாதாரண மானது என்று அவன் உணராமல் அதனை மிகச் சாதாரண மானதாகக் கருதுகிறான். இந்த மூன்று சக்திகளும்தான் யோக சாதனையில் முதல் மூன்று சக்திகள்—யோகசாதனை யில் துவக்கத்தில் நிகழும் மர்மமான அற்புதங்கள்— இவை மற்ற செயல்முறைகளைவிட வேகமாகக் கிட்டு கின்றன.

நீங்கள் மேலும் வளர்ச்சிப் பாதையில் முன்னேறிச் செல்லுகிறபோது மனம் மற்றும் பிராணன் சம்பந்தமான நிலையிலிருந்தும், சார்பு நிலையிலும் கூட ஏற்படுகின்ற சிறிதளவு தெளிவும் ஒரு மனிதனிடத்தில் காந்த சக்தியை ஏற்படுத்துகிறது. இந்த நிலையில் மற்ற சக்திகள் வளர்ச்சி பெறத் துவங்குகின்றன. ஒருவர் உடல்நிலை சரியில்லாது இருக்கும் ஒரு நபர் மீது கையை வைத்தால் அந்த நபரின் உடல்நிலை குணமாகிவிடும். ஒருவர் அறை ஒன்றிற்குள் நுழைகிறார் என வைத்துக்கொள்வோம். அந்த அறையில் பயங்கரமான மன நிலையில் இருக்கும் ஒருவர் இவரது வருகையால் முற்றிலும் மாறி புதிய நிலையினை அடைகிறார். ஒரு சாதகர் மீது கடுங்கோபம் கொண்டு எதிரே ஒரு நபர் வரலாம், அவரை ஏச முன் வரலாம். ஆனால் அந்த நபர் அவரை நெருங்கியதும் ஒரு வார்த்தைக்கூடப் பேச முடியாமல் அந்த இடத்தைவிட்டு அகன்றுவிடுகிறார். ஒருவரை குணப்படுத்துவது, ஒருவரது சக்தியைக் குறைப்பது இவையெல்லாம் ஒரு சாதகனின் சார்பு நிலையில் வளர்ச்சி பெறத் துவங்குகின்றன. இத்தகைய சக்திகள் ஆன்மீக நிலையில் ஏற்படுபவை அல்ல. நீங்கள் மிகச் சிறிதளவு முன்னேறியிருக்கும்போதுகூட இந்த சக்திகள் உங்களிடத்திலே வளர்ச்சி பெறத் துவங்கு கின்றன.

மாயா ஜாலம் யோகமல்ல

நான் இங்கு ஒரு உண்மையை உங்களுக்குச் சொல்ல வேண்டும். அதனை கவனமாகக் கேளுங்கள். முதல் மூன்று சக்திகளை மனநிலை, மனம் மற்றும் பிராணன் சம்பந்தப்பட நிலை, சார்புநிலை ஆகிய நிலைகளில் ஒருவர் மிகச் சாதாரண முயற்சியின் மூலம் பெற்றுவிடலாம். தேவையான முயற்சி உறுதியுடன் மேற்கொள்ளப் பட்டால் மேலும் அவற்றை வளர்த்துக்கொள்ளலாம். யோகத்தில் அவை தூய்மைப்படுத்தும் முறையின் மூலம் கிடைக்கின்றன. நான் இப்போது குறிப்பிட்ட இரண்டா வது விஷயத்தில் அவை மனோபலம், பயிற்சி, இடைவிடாத முயற்சி இவற்றின் மூலம் கிடைக்கின்றன. பேச்சு சமிக்ஞை இன்றி மனத்தினால் கருத்தறிதல், ஞான திருஷ்டி, கேள்வி ஞானம் ஆகியவை ஒருவரைத் தன்னுணர் விழக்கச் செய்யும் கலையில் வல்லவரான மந்திரவாதியிடம் இந்த சக்திகள் நிறைந்திருக்கின்றன. மேலும் அறநெறியைக் கடைப்பிடிக்காதவர்களிடத்திலும், சாதகர்களல்லாதவர்களிடத்திலும், தூய்மை, புலனடக் கம், இறைபக்தி, நம்பிக்கை முதலிய யோக சாஸ்திரக் கொள்கைகளைப் பின்பற்றுதவர்களிடத்திலும் இந்த சக்தி கள் இருக்கின்றன. வசீகர சாஸ்திரத்தில் வல்லுனர்களாக இருப்பவர்கள் அதனைத் தொழிலாகக் கொண்டிருக்கிறார் கள். அவர்கள் இந்தத் துறையில் பெற்றிருக்கின்ற திறமை, அவர்கள் தமது நிலையை உயர்த்திக் கொண்டிருப்பதாகவோ ஆன்மீகத் துறையில் முன்னேறி யிருப்பதாகவோ வெளிப்படுத்தவில்லை. காரணம், ஒரே பரம்பொருளாகவும் நமது வாழ்க்கையின் லட்சியமாகவும் நாம் சென்று அடையவேண்டிய இடமாகவும் இருக்கின்ற கடவுளிடத்தில் ஆழமான, தளராத பக்தி கொண்டு சாதனை புரியாதது எதுவும் யோகமாக ஆகாது. நம் ஒவ் வொருவருக்கும் தெய்வீக மனத்திடம் தொடர்பு இருக் கிறது. காரணம் நாம் அந்த தெய்வீக மனதுக்குச் சம்பந்தப்பட்டவர்கள். நமது உணர்வு அந்தத் தெய்வீக

உணர்வின் ஒரு பகுதி. ஆனால் இப்போது அந்தத் தொடர்பு விடுபட்டிருக்கிறது. ஏன்? நாம் அகந்தை எனும் கயிற்றால் கட்டுண்டு கிடக்கிறோம். நாம் இந்த நிலையிலிருந்து வெளிப்படும்போது தெய்வீக மனதுடன் நம்மை ஈடுபடுத்துகிற பாதை, தெய்வீக உணர்வுடன் நமது உணர்வை இணைத்து வைக்கும் பாதை தெளிவாகப் புலப்படுகிறது. நாம் நமது ஒருமைத் தன்மையை உணர முடிகிறது. இவ்வாறு நிகழும்போது சாதாரண மனங்களில் மறைத்து வைக்கப்படுகிற ஞானம் நமக்குத் திரும்பவும் கிடைக்கிறது. தொலைவில் நடக்கும் சம்பவம், தொலைவில் இருக்கும் பொருள் இவற்றைப் பற்றிய ஞானமும் சில சமயங்களில் எதிர்காலத்தைப்பற்றிய ஞானமும் நமக்கு ஏற்படுகிறது. ஒரு நிலையில் வளர்ச்சி ஏற்பட்டு உணர்வு நிலை விரிவடையும்போது, நமக்குள் இருக்கும் ஆன்ம ஜீவன் செயல்படத் துவங்கி ஆன்மீக இயல்பு வெளிப்படும்போது இவ்வாறெல்லாம் நிகழுகிறது.

இந்த முன்னேறியுள்ள பிரபஞ்சம் இறைவன் நமக்கு முதலில் அளித்த நுண்ணிய பஞ்ச பூதங்களால் உருவானது. இந்த நுண்ணிய பஞ்ச பூதங்கள் நெருப்பு, பூமி, காற்று, தண்ணீர், விண்வெளி ஆகியவை ஆகும். இவற்றை நாம் சாதாரணமாகப் புரிந்து கொண்டிருக்கிற நெருப்பு, பூமி, காற்று, தண்ணீர், விண்வெளி என்பதாக எண்ணக்கூடாது. நாம் புரிந்துகொண்டிருக்கும் பஞ்ச பூதங்கள், அடிப்படையான நுண்ணிய பஞ்சபூதங்களால் ஆக்கப்பட்டவை என்பதை நாம் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். இந்த பூமிக்குச் சம்பந்தமாக உள்ள நெருப்பையோ காற்றையோ, தண்ணீரையோ, விண்வெளியையோ பற்றி நான் பேசவில்லை. ஆனால் இன்று நாம் காணுகின்ற பிரபஞ்சத்தை உருவாக்கும் அளவுக்கு வளர்ச்சி பெற்றுள்ள நாம் அறிந்துள்ள பஞ்ச பூதங்கள் எவற்றிலிருந்து உருவாகியுள்ளனவோ அந்த நுண்ணிய பஞ்சபூதங்கள் பற்றி நான் பேசுகிறேன். நாம் உணர்ந்துகொண்டுள்ள பஞ்ச பூதங்களுக்கு அடிப்படையாக இருப்பவை நுட்ப

மான தன்மை உடையவை; கண்ணுக்குப் புலப்படா தவை; தெய்வீகத்தன்மை உடையவை. ஒரு யோகி, ராஜயோகத்தைப் பயிற்சி செய்யும்போது ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட இந்த நுண்ணிய பூதங்களின்மீது மனதை ஒருநிலைப்படுத்தி மெய்மறந்து தியானம் செய்கிற போது, இந்த பூதங்களின் எஜமானனாக அவர் ஆகி விடு கிறார். பிறகு அவரால் மின்னல் வேகத்தில் விண்ணில் நடக்க முடிகிறது. நெருப்பும், தண்ணீரும் அவரை எதுவும் செய்வதில்லை. அவற்றுக்கு ஆதாரமாக இருப் பவைகளின் எஜமானனாக அவர் இருக்கிறார். சில யோகி களின் நிலையான தன்மையை விளக்கும் அசாதாரண மான அற்புதம் இது. அவர்கள் நெருப்பிலும் நீரிலும் நடந்து வந்தாலும் அவற்றால் அவர்கள் பாதிக்கப்படுவ தில்லை. அந்த அளவுக்கு இந்த பூதங்களின் எஜமானர் களாக அவர்கள் திகழுகிறார்கள்.

குண்டலினியுடன் விளையாடுவது நெருப்புடன் விளையாடுவதாக ஆகும்

உங்களது ஆன்மீகப் பயிற்சி குண்டலினி யோகம் என்ற வடிவம் பெறுகிறபோது உள்ளே நிகழும் மர்மமான செயல்முறையான ஹடயோகத்தில் நீங்கள் ஈடுபாடு கொள்ளுகிறீர்கள். பிறகு, ஒவ்வொரு ஜீவனின் மர்மமான உடம்பிலும் உள்ள கீழ்நிலை மாயக் கேந்திரங்களிலிருந்து (சக்கரங்கள்) மேல்நிலை மாயக் கேந்திரங்களுக்கு குண்டலினி சக்தி உயர்ந்து செல்கிறது. அங்கு அசா தாரணமான சக்திகளும் அனுபவங்களும் கிடைக்கின்றன. ஏன்? உள்ளிருக்கும் பிரபஞ்ச ஆட்சியில் பல மாயக் கோளங்கள் இருக்கின்றன. ஒவ்வொரு சக்கரமும் குறிப் பிட்ட மாயக்கோளங்களை தன் ஆளுகையில் வைத்திருக் கிறது. இந்தக் கோளங்களின் அற்புதமெல்லாம், சாதகர் குண்டலினியோகப் பாதையில் நடைபோடும்போது, அந்தச் சக்கரத்தின் மூலம் செயல்படும்போது அவரது அனுபவமாக ஆகிவிடுகிறது. குண்டலினியோகத்தை

எப்போதும் நான் எதிர்க்கிறேன். இந்த இருபதாம் நூற்றுண்டில் நவீன வாழ்க்கையில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களில் பெரும்பாலோருக்கு குண்டலினியோகம் ஒத்துவராது. குண்டலினியோகத்தின் மூலம் ஒளிபெற்றுத் திகழும் ஒரு நல்ல குருநாதர் கிடைக்கும் அசாதாரணமான நற்பேறு ஒருவருக்குக் கிடைத்தால் தவிர, இந்த யோகசாஸ்திரத் தின் அருகிலேயே அவர் செல்லக்கூடாது என்று நான் புத்திமதி கூறுவேன். உட்கேந்திரங்களைப்பற்றிச் சிலர் என்னிடம் கேட்கும்போது, ''நீங்கள் அறிந்துகொள்ளா திருப்பதற்காக அது உங்களைத் தொல்லைப்படுத்து வதில்லை'' என்று நான் கூறுவேன். சில அம்சங்களை அறிந்துகொள்ளாமல் விட்டுவிடுவது நல்லது. குண்டலினி யோகம், ஒரு முரட்டுத்தனமான, பலவந்தமான, உறங்கு கின்ற சக்தியை விழிப்புறச் செய்வதற்காக பலாத்காரத் தில் ஈடுபடுகிற செயல்முறை. யோகம் என்பது உயர்நிலைக்கு விரைந்து செல்வது; குண்டலினியோகம் என்பது இன்னும் வேகமாக விரைந்து செல்வது. ஆகவே இது ஆபத்தானது; நெருப்புடன் விளையாடுவதைப் போன்றது.

அனைத்து வகையான யோகத்திலும் அது இறைவனி டத்தில் தூய அன்பு செலுத்துகிற பக்தியோகமாக இருந் தாலும் (பிரார்த்தனை, நம்பிக்கை, வழிபாடு, திவ்ய நாமம், பக்தி, சரணாகதி இவற்றின் மூலம் அல்லது ஞான யோகமாக இருந்தாலும் (பகுத்தறிவின் அடிப்படையில் தத்துவசிந்தனை செய்வது குருவின் சொற்களைக் கேட்பது, அதனை பிரதிபலிப்பது, மகத்தான உண்மைப் பொருளைக் குறித்து ஆழ்ந்த தியானத்தில் ஈடுபடுவது) (அல்லது ராஜ யோகமாக இருந்தாலும் (எட்டு வகையில் அறவாழ்வுக்கு உயர்தல், தினசரி சமய வழிபாடு, முறையான ஆசனப் பயிற்சி, சுவாசத்தை கட்டுப்படுத்தல், மனதை ஒருநிலைப் படுத்தல் தியானம், உன்னத உணர்வு) அல்லது கர்ம யோகமாக இருந்தாலும் (அனைவருக்கும் பணிவுடனும்,

அகந்தையில்லாமலும், தெய்வீக சக்திக்கு முழுமையாக ஆத்ம சமர்ப்பணம் செய்தும், உங்களை தெய்வத்தின் கருவி என்று கருதியும், இந்த பிரபஞ்சத்தில் மனிதனிடத்திலும் மனிதன் மூலமாகவும் இறைவனுக்குத் தொண்டு செய்தும், இறைவனின் திருவடிகளில் பணிந்து உனது தொண்டினை அர்ப்பணம் செய்தும் உயர்தல்) – குண்டலினி சக்தி தானுக சக்கரத்துக்குச் சக்கரம் மேலேறிச் செல்கிறது. குண்டலினி உயர்ந்து மறைந்து இருக்கும் கேந்திரத்தை அடைகிறவரை இந்த சக்தி உயர்ந்து செல்கிறது. ஞானயோகி, ராஜயோகி, பக்தன், கர்மயோகி அனைவரிடத்திலும் குண்டலினி செயல்படுவதும், வெளிப்படுவதும், கீழ்நிலைக் கேந்திரங்களிலிருந்து மேல்நிலைக் கேந்திரங்களுக்கு உயர்ந்து செல்வதும் மர்மமாக நிகழுகிறது. அது இயல்பாக நிகழுகிறது. நீ முரட்டுத்தனமான முறைகளில் அவற்றை அடைய முயற்சித்தால், அது ஆபத்தானது. நான் எப்போதும் சொல்கிறேன் — அந்த சக்தியை ஏற்றுத் தாங்கிக் கொள்ளும் தூய்மையான நிலையில் நீங்கள் இல்லாதபோது அதனை எழுப்பக் கூடாது. மற்ற யோக முறைகளில் நீங்கள் முன்னேறும் போது உங்களது குணம் முழுமையாக மாற்றம் பெற்று மேன்மை அடைகிறது. ஆனுல் முரட்டுத்தனமான குண்டலினியில் பெரும்பாலும் ஒரு நபர் அதன் செயல் நுணுக்கத்தைப் புரிந்து கொள்ளுகிருர்; ஆனுல் அடிப்படையானவற்றை, துவக்கத்தில் செய்து கொள்ள வேண்டிய தயாரிப்புக்களை அலட்சியப்படுத்திப் புறக்கணித்து விடுகிருர்; பிறகு சாதகன் ஆயத்தமாக இல்லாத போது இந்த சக்தி பிறக்கிறது. குண்டலினி யோகம் அப்பட்டமான விஞ்ஞானம். அதன் செயல் முறையை முறையாகப் பின்பற்றிஞல் வெற்றி உறுதி. இவ்வாறு ஒரு சாதகனிடத்தில் அதிகமான சக்தி பிறக்கிறது. ஆனுல் அந்த சாதகனுல் அந்த சக்தியைத் தாங்கிக் கொள்ள முடியவில்லை. அதனைச் சமாளிக்க முடியவில்லை. இறுதியில் யோக வாழ்க்கை ஒரு முடிவுக்கு வந்து விடுகிறது.

குண்டலினி யோகத்தில்தான் அசாதாரண சக்தி, மர்மமான அற்புதம்போன்ற மர்மமான அனுபவங்கள் எல்லாம் தீவிரம் அடைகின்றன. ஏனெனில், உங்களிடத்தில் இருக்கும் மகத்தான சக்தியை வெளிக்கொணரும் விஞ்ஞான ரீதியான செயல் நுணுக்கம் உடைய யோகமாக குண்டலினியோகம் அமைந்திருக்கிறது. மற்ற வழி முறைகளில் தூய்மையின் மூலமாக உங்கள் ஜீவனின் பல்வேறு ஆன்மீகக் கேந்திரங்களில் உறங்கிக் கிடக்கும் சக்திகள் விழிப்புற்று வெளிப்படுகின்றன. இறுதிவரை தெய்வீக உணர்வின் மூலமாக உங்களுக்கு தெய்வீக சக்திகள் கிடைக்கின்றன. அதன்பிறகு உங்களால் செய்ய முடியாதது என்று எதுவுமில்லை. பூரணத்தன்மையின் மூலம் யோகசாதனையின் இறுதிநிலையை நீங்கள் அடைகிறபோது முக்கியமான எட்டு சித்திகள் உங்களுக்குக் கிடைக்கிறது. அனிமா, (அணு அளவுக்கு உங்களைக் குறைத்துக் கொள்ளும் சக்தி), மஹிமா (பிரம்மாண்டமான அளவுக்கு உங்கள் உருவத்தைப் பெரிதாக்கிக் கொள்ளும் சக்தி) லஹிமா (கனமின்மை) கரிமா (எடையில் அசாதாரணமான பெருக்கம்) ஆகிய சித்திகள் உங்களுக்குக் கிடைக்கின்றன. உதாரணத்திற்கு 'லஹிமா' என்னும் சக்தியைக் குறிப்பிடலாம். இந்த சித்தி பெற்றுள்ள ஒருவரை பலமாடிக் கட்டிடத்தின் உயரத்துக்கு அழைத்துச் சென்று அங்கிருந்து கீழே தள்ளி விட்டால், அவர் விழமாட்டார். மெதுவாக ஒரு மலரின் இதழ்போலப் பறந்து மிதந்து வந்து தரையில் அமர்வார். சாதனைபுரியும் யோகிகள் இந்த சக்தியை பிறர் அறியக் காட்டியிருக்கிறார்கள். யோக சாதனைக்கு குருநாதராக விளங்கும் ஒருவர் தான் அமெரிக்காவில் தங்கியிருந்த ஆரம்ப நாட்களில் தன்னிடத்தில் அபரிமிதமான எடை இருப்பதாக அனைவரும் அறியச் செய்ததாக நான் கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன். தான் விஷய ஞானமின்றிப் பேசவில்லை என்று பிறர்க்கு உணர்த்துவதற்காக அவர் இவ்வாறு செய்திருக்கிறார். அவரது பேச்சு உண்மை அனுபவத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டது என்று

பிறர் அறியச் செய்வதற்காகவும் அவர் இச் சாதனையைப் புரிந்திருக்கிறார். சில சமயங்களில் அவர் பொதுக்கூட்டங்களில் அடையாளமாக யோகசக்தியின் உண்மையை செயல்வடிவில் உணர்த்துவார். உதாரணமாக, பொதுக் கூட்டத்தில் அமர்ந்து கொள்ளுவார். கூட்டத்தில் இருக்கிற ஒருவரை அழைத்து தன்னைத் தூக்கிவைக்குமாறு கூறுவார். அவரால் முடியாது. பலர் சேர்ந்து முயற்சித்தும் முடியாமல்போகும். ஒருசமயம் இந்த இளம் யோகி அவ்வளவாகப் பருமனுக இல்லாத காலத்தில் ஒரு போலீஸ்காரர் அவரை நகர்த்திப் பார்த்திருக்கிறார். நூலிழை அளவுக்குக்கூட அவரை அசைக்க முடியவில்லை. நியூயார்க்கில் ஐநூறு முதல், அறுநூறுவரையில் அமர்ந்திருக்கும் மக்கள் கூட்டத்தின் மத்தியில் இந்த சாதனையை அந்த இளம் யோகி செய்துகாட்டினர். வெற்றிகரமான யோக சாதனையில் இந்த அற்புதங்கள் அனைத்தும் அடக்கம்.

கடவுளின் கருணையால் மர்மமான சக்திகளைப் பெற்றவர்கள்

இதற்கு முற்றிலும் மாறான நிலையில் கடவுளின் கருணையால் மர்மமான அற்புதமும், சக்திகளும் ஏற்படுகின்றன. யோக சாதனை புரியாத ஒரு மனிதருக்கு இவை தாமாகக் கிட்டுகின்றன. ஒரு தெய்வீகப் பணிக்கு ஒருவரைப் பயன்படுத்த இறைவன் எண்ணுகிறபோது, தமது வாழ்க்கை முழுவதும் அறநெறியில் வழுவாது வாழ்ந்த ஒரு மனிதரைத் தகுதி வாய்ந்த பொருத்தமான கருவியாக இறைவன் கண்டு கொள்ளுகிறபோது இது நிகழுகிறது. இத்தகைய மனிதர், அசாதாரணமான பணிவும் தன்னலமற்ற தன்மையும் கொண்டவராக விளங்குகிறார். இந்த சக்திகளை அவர் தமது சொந்த விருப்பங்களுக்காகப் பயன்படுவதில்லை. இவரிடம் கர்வம் என்பது கிடையாது. விரும்பத்தக்க, அகந்தையற்ற கருவியாக இவர் இருக்கிறார். இத்தகைய மனிதர் முற்றிலும் பற்றற்று வாழ்

கிறார். இந்த உலகம் தரக்கூடிய எதனையும் நாடி அவர் செல்வதில்லை. ஆனால், மிகவும் எளிய, வறுமைமிக்க வாழ்க்கையை அவர் மேற்கொள்ளுகிறார். இத்தகைய மனிதரின் சிறப்பான பண்புகளாக பணிவும், பற்றற்ற தன்மையும் விளங்குகின்றன. இத்தகைய மனிதர்களைக் காண்பது அபூர்வமானது. ஆயினும் இது சாத்தியமற்றது அல்ல என்பதனைச் சுட்டிக்காட்டவே இதனை உங்களுக்குக் குறிப்பிடுகிறேன். இத்தகைய பண்பாளர்களை இந்தியாவிலும், இந்தியாவுக்கு வெளியேயும் காண்கிறோம். இவர்களிடத்தில் மர்மமான சக்திகள் தாமாக வந்து குடிகொள்ளுகின்றன. இவர்களது தகுதியின் காரணமாகவும் இறைவனின் கருணையின் காரணமாகவும் இவ்வாறு நிகழுகிறது.

மர்மமான சக்திகளும் ஆன்மீக சாதகரும்

யோக சாதனையில் இந்த உட்சக்திகளுக்கு எந்த அளவுக்கு முக்கியத்துவம் உண்டு? இதனால் விளையும் நன்மை தீமை எவை? இந்த சக்திகளை உண்மையான சாதகன் எந்த நிலையில் நோக்குகிறான்? இந்த சக்திகளைப் பொறுத்தவரை மகான்களின் போக்கு என்ன? ஒரு யோகியின் வாழ்வில் இந்த சக்திகளும் பல்வேறு அனுபவங்களும் எந்த அளவுக்கு இடம் பெறுகின்றன?

முதலாவதாக, நீங்கள் அறிந்துகொள்ள வேண்டிய மிக முக்கியமான விஷயம் யாதெனில் இந்தச் சக்திகள் இடையில் கிடைக்கக் கூடியவை. ஒரு யோகி இவற்றைப் பெறுவதற்காகச் சாதனை புரியவில்லை. இவற்றுக்காக ஒரு சாதகன் குறிப்பிட்ட ஒரு பாதையில் நடைபோடவில்லை சாதகனைப் பொறுத்தவரை அவன் தனது பாதையில் இவற்றைக் கடந்து செல்லவேண்டும்; அவ்வளவுதான். நீங்கள் நகரத்திற்குச் செல்லும் வழியில் எல்டோராடோ மோடல், சிம்ஸன் சீயர்ஸ்—அதனையடுத்து ஒரு பாலம் ஆகியவற்றையெல்லாம் நீங்கள்

கடந்து செல்ல வேண்டும். நீங்கள் சென்று அடைய வேண்டிய இடமாக இவை இல்லை. ஆதலால் நீங்கள் இவற்றைக் கடந்து செல்லுகிறீர்கள். "இவை ஏன் வருகின்றன" என்று நீங்கள் கேட்கலாம். மிகவும் சரியே! இவை வருவதற்குக் காரணம் நீங்கள் முன்னேறிச் செல்லுவதுதான், நீங்கள் முன்னேக்கிப் போய்க் கொண்டிருப்பதுதான். வழியில் - நெடுஞ்சாலையில் ஓரத்தில் இருக்கும் இவைகளை நீங்கள் கடந்துதான் செல்ல வேண்டும். நீங்கள் முன்னேறிச் செல்லுகிறீர்கள் என்பதற்கும் முன்னேக்கி நடைபோடுகிறீர்கள் என்பதற்கும் இது அறிகுறி.

இரண்டாவதாக இவை உற்சாகம் தருவதாகவும் இருக்கிறது. சாதாரணமாக ஒரு மனிதன் தனது பணிகள் பயனுள்ளவையாக உள்ளனவா அல்லது பயனற்றுப் போகின்றனவா; அவை சரியானவையா, அல்லது தவருனவையா அல்லது தவருக வழிகாட்டப்பட்ட உபயோகமற்ற பணிகளா என அறிந்துகொள்ள விரும்புவது இயற்கையே.

இந்த சக்திகள் உங்களுடைய அறஒழுக்கத்தைச் சோதிக்க வருகின்றன. ஆன்மா ஞானத்துக்கு இவை தடைக் கற்கள். இந்த சக்திகள் உங்களிடத்தில் மிக நுண்ணிய முறையில், இரகசியமாக ஊடுருவுகின்றன. நீங்கள் அசாதாரணமான முறையில் ஆத்ம பரிசோதனை செய்பவராகவும், அசாதாரணமான விழிப்புணர்வு உடையவராகவும், மிகப் பெருமளவில் கவனம் உடையவராகவும் இருக்கவேண்டும். அப்படி இல்லையெனில் உங்களையும் அறியாமலேயே இவற்றுக்கு நீங்கள் இரையாகி விடுவீர்கள். உங்கள் முயற்சிகள் வீணுகிவிடும். இதன் பிறகு ஒருவருக்கு கர்வம் வந்துவிடுகிறது. பதவி, சொத்து, இளமை, கௌரவம், அதிகாரம் இவை போன்றவை குறித்துப் பெருமைப் படுவதைவிட மோச

மானது இது. இந்த கர்வம் உயர்ந்து நிற்பதான கர்வம், மற்ற மனிதர்கள் அனைவரையும்விட தான் உயர்ந்து நிற்பதாக எண்ணுகிற கர்வம்.

'மனித குலத்தில் மற்ற எவரிடத்திலும் என்னிடத்தில் உள்ளதுபோன்று இல்லை. மற்ற எவரிடத்திலும் இல்லாத ஒன்று என்னிடத்தில் இருக்கிறது'—என்னும் நுண்ணிய மமதையும் கர்வமும் மிகப்பெரும் தடையாகும். ஒரு சாதகனுக்கு இது மிகப்பெரும் அபாயம். ஏனெனில் அவனது பரம விரோதியான அகந்தைக்கு இது தூபம் போடுகிறது. கடவுளை அடையவேண்டும் என்றால் இந்த 'நான்' என்னும் அகந்தை அகல வேண்டும். இந்த அகந்தையை ஊக்கப்படுத்தும் எதுவும் கடவுளுக்கு விரோதமானதாகும். பிசாசு உங்களுக்குள் புகுந்துவிட்டதாகும். அதுவே இந்த சக்திகளைத் தந்ததாகவும் உள்ளே புகுந்த பிசாசு, இந்த சக்திகளை நீங்கள் பெறுகிறபோது உங்களை தன்வசப் படுத்திக் கொண்டதாகவும் நீங்கள் கூறக்கூடும். இறைவன் அமருவதற்காகத் தயார் செய்யப்பட்ட இருக்கையில் பிசாசு அமருகிறது. ஆக, இந்த சக்திகள் உங்களை இறைவனிடத்தில் செல்லாமல் திசை திருப்புகின்றன; நேர்பாதையிலிருந்து விலகிச் செல்லுமாறு உங்களை நடத்திச் செல்லுகின்றன. போலித்தனமான கர்வத்தால் உங்கள் தலை கனத்துப் போகிறது.

ஒரு சாதகன் இந்த சக்திகளை ஊக்கப்படுத்தக் கூடாது. அவற்றைப்பற்றி எண்ணக்கூடாது. அவற்றை அலட்சியப் படுத்திப் புறக்கணிக்க வேண்டும்.

இந்த சக்திகள் குறித்து நமது மகான்களின் போக்கு என்ன? எல்லா யோகிகளும்—மகத்தான மகான், சமீபத்தில் இந்தியா உருவாக்கிய மகத்தான துறவியர்களில் ஒருவரான எனது குருநாதர் சுவாமி சிவானந்தா, மகத்தான மகான் ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணர், 1893-ல் மேற்கு நாடுகளுக்கு விஜயம் செய்து யோகம் மற்றும் வேதாந்தக்

கருத்துக்களை வழங்கிய ஸ்ரீ சுவாமி விவேகானந்தர் ஆகியோரும் மற்றும் பல துறவிடரும் இந்த விஷயத்தில் ஒரே கருத்தை உடையவர்கள். ''ஆன்மீகப் பாதையில் வரும் மாயமான, மர்மமான சக்திகள் விஷயத்தில் நீங்கள் எச்சரிக்கையாக இருங்கள்'' என்று அவர்கள் கூறு கின்றனர். அதன் கவர்ச்சியில் மயங்கினுல் நீங்கள் பெரும் இழப்புக்கு ஆளாவீர்கள். உங்கள் ஆன்மீக வாழ்க்கை சீரழிந்து உங்கள் யோகவாழ்வு மறைந்துவிடும். யோக வாழ்வை நீங்கள் இழந்துவிட்டால் அதனை மீண்டும் பெறுவது மிகவும் கடினம். யோகவாழ்வை இழந்து விட்டால், இழந்த நிலையை மீண்டும்பெற நீங்கள் மிகவும் அல்லற்பட வேண்டியிருக்கும். மகான்கள் தமது குறிப்பில் கடுமையாகச் சொல்லுகிருர்கள். ''மர்மமான சக்திகளை விஷத்தை ஒதுக்குவதுபோல வெறுத்து ஒதுக்குங்கள்'' என்று அவர்கள் வலியுறுத்துகிருர்கள். ஆன்மீக வாழ் வுக்கு உண்மையில் அவை விஷமாகத்தான் அமை கின்றன. அவற்றை உதைத்துத் தள்ளுங்கள்.

ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணருக்கு உண்மையிலேயே அனுபவம் ஏற்பட்டது. அவரே அதைக் குறிப்பிட்டிருக்கிருர். ஒரு முறை இந்த சக்திகள் ஒரு கூடையில் வைத்து அவரிடம் தரப்பட்டிருக்கிறது. இது மர்மமான அனுபவம். அவற்றை ஏற்றுக் கொள்ளுமாறு அவர் நிர்பந்திக்கப்பட்டார். முதலில் பார்க்கும்போது அவை உண்மையானவையாகத் தோன்றின. அவர் அதை உற்று நோக்கத் துவங்கிய போது உண்மை நிலை அவருக்குத் தெளிவாகப் புரிந்தது. இதன் மூலம் இந்த சக்திகள் மர்மமான சக்திகள் என்பதை அவர் புரிந்துகொண்டார். உலகை ஆட்டிப் படைக்கும் மாய சக்திகள் என்று அவர் புரிந்து கொண்டார். உடனடி யாக அவற்றின் மீது எச்சில் உமிழ்ந்தார். எச்சில் உமிழ் தல் என்பது இந்தியாவில் மிக மட்டரகமான அவமானப் படுத்துவதாகும். அவர் இவ்வாறு எச்சிலை உமிழ்ந்து விட்டு ''அவற்றை அப்பால் எடுத்துச் செல்லுங்கள்! உடனடியாக அவற்றை எடுத்துச் செல்லுங்கள்'' என்று

கூச்சல் போட்டார். அவருக்கு அருகில் இருந்தவர்கள் ஓடிவந்து ''என்ன அது? என்ன நடந்தது?'' என்று விசாரித்தார்கள். பிறகு அவர் அமைதியாக அமர்ந்து தன்னை கட்டுப்படுத்திக் கொண்டார். ஆகவே துவக்கத்திலிருந்தே மகான்கள், ''நீங்கள் கடவுளை விரும்பினால் இந்த மர்மமான சக்திகளை விஷம் போலக் கருதி ஒதுக்கித் தள்ளுங்கள்'' என்று கூறி வந்திருக்கிறார்கள். மர்மமான சக்திகளில் மயங்கி, திசைமாறிச் செல்லாதீர்கள். எச்சரிக்கையாக இல்லாவிடில் அதன் வலையில் சிக்கிக் கொள்ளுவீர்கள். கடவுளை நீங்கள் விரும்பினால் கடவுளைத் தவிர வேறு எதனையும் விரும்பாதீர்கள். ஏனெனில் கடவுள் உங்களிடம் இருக்கிறார். உங்களிடம் அனைத்தும் உள்ளன. உங்களிடம் இல்லாதது எதுவும் இந்த பிரபஞ்சத்தில் இல்லை. கடவுளைத் தவிர மற்ற அனைத்தும் உங்களுக்குத் தூசு என்றே தோன்றும். ஏனெனில் அவை முக்கியத்துவம் உடையன அல்ல.

நீங்கள் கடவுளை விரும்பினால் மகத்தான, உயரிய, இனிய, இறுதி நிலையை விரும்புங்கள். தாழ்வாக எதனையும் விரும்பாதீர்கள். இந்த மர்மமான சக்திகள் வழியில் வந்தால் அவற்றை ஒதுக்கித் தள்ளுங்கள். யோக சாதனையில் வெற்றி பெற உங்கள் முழு வாழ்க்கையையும் உங்களது தன்மை முழுவதையும் அர்ப்பணிக்க வேண்டும். ஆகவே நீங்கள் திசை மாறிச் செல்லக் கூடாது. உங்களது இதயம், மனம், குணப் பண்பு ஆகியவை முழுமையாக வெற்றிப் பாதையை நோக்கிச் செல்லவேண்டும். திசை மாறிச் சென்றால் உங்களுக்கு இழப்பு ஏற்படும். உங்களது முன்னேற்றத்திலும் தாமதம் ஏற்படும்.

நான் இப்போது இறுதிப் பகுதிக்கு வருகிறேன்: இந்த மர்மமான சக்திகளால் ஏற்படும் நன்மை என்ன? தீமை என்ன? தீமைகள் தெளிவாகச் சுட்டிக்காட்டப் பட்டுள்ளன. இவற்றைப் பயன்படுத்துவதும், இவற்றில்

சிக்கிக் கொள்ளுவதும் தீயது. ஏனெனில் அவற்றைப் பயன்படுத்துவதே கூடாது. ஒருவர் முழுமையாக அறநெறியைக் கடைப்பிடிக்கா விட்டால், பரிபூர்ணமாக இறைவனிடத்தில் சரணுகதி அடையாவிட்டால், இப்படிச் சரணடைந்து இறைவனின் வழிகாட்டுதலை ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் பெருவிட்டால் தொடர்ந்து செய்யும் பிரார்த்தனையின் மூலமும் தொடர்ந்து இறைவனை நினைப்பதன் மூலமும் ஆன்மீக வாழ்வில் ஊன்றி நிற்காவிட்டால், பணிவு, நன்மை, உண்மை, அன்பு, கருணை இரக்கம் என்பதாகவெல்லாம் உருவாக்கப்பட்டுள்ள அறவாழ்வு இந்த மர்மமான சக்திகளால் தாக்கப்பட்டு பெரும் ஆபத்து ஏற்படும். பலவீனமாக, பக்குவப்படாத நிலையில் இருக்கிற ஒருவருக்கு இந்த சக்திகள் கிடைத்தால், இவை மனதைக் கெடுக்கின்றன; ஆன்மீக சாதனையைத் துவங்குமுன் வெறுத்து ஒதுக்கியவற்றை விரும்பிப் பெறுவதற்கு இந்த சக்திகளை அவர் பயன்படுத்தத் துவங்குகிருர். இந்த சக்திகள் பயன்படுத்தப்பட்டால் ஒருவர் பணத்திற்கு அடிமையாகலாம்; புலன்களின் இன்பத்தினை அடையலாம், ஆசைப்படலாம். மனிதனின் அடித்தளத்தில் உள்ள மிருகத் தன்மைகள் அனைத்துக்கும் அடிமையாகலாம். ஆசையைத் தூண்டுவதற்கு எதுவும் இல்லாதபோது மனிதன் பண்புடையவனுக இருக்கலாம். ஆனுல் ஆசையைத் தூண்டும் நிலை வரும்போது பண்புகள் பறந்து செல்லுகின்றன. ஆகவே துவக்கத்தில் ஒவ்வொருவரும் விழிப்புடன் இருக்கவேண்டும். ஏனெனில் இந்த மர்மமான சக்திகள் மனதைக் கெடுத்துவிடக் கூடியவை.

மர்மமான சக்திகளின் உபயோகங்கள்

சாதகர்களுக்கு, கடவுளை விரும்புகிறவர்களுக்கு, இந்த வாழ்க்கையை இறைவனை அடைவதற்காகவே பயன்படுத்த முயற்சிப்பவர்களுக்கு இந்த சக்திகளின் உபயோகங்கள் பற்றிக் கவலையில்லை. ஏனெனில் அவர்கள் இவற்றைப் புறக்கணிக்கிருர்கள், அவர்கள் இவற்றை மதிப்பதில்லை. கடந்து செல்லும் பாதையில்

கண்டு செல்லுபவையாகவே இவற்றை அவர்கள் கருதுகின்றனர். இந்த சக்திகளை சாதகர்கள் பயன்படுத்தாத போதிலும், குறிப்பிட்ட அளவில் இந்த சக்திகள் பயன்படுகின்றன. உதாரணமாக ஒருவர் கடவுளை அடைய விரும்பும் சாதகர் இல்லை என்றால், குறிப்பாக இந்த சக்திகள் குணப்படுத்துபவையாக அல்லது காந்த சக்தி உடையவையாக அல்லது நெடுநோக்கு உடையவையாக (ஒரு சம்பவம் நிகழுவதற்கு முன்பாகவே ஒருவர் அதனை உணர்ந்துகொள்ளுபவையாக) இருந்தால் அவற்றைப் பயன்படுத்தலாம். ஆனால் இவ்வாறு இந்த சக்திகளைப் பயன்படுத்துகிற சூழ்நிலையில் சிறிது நேரத்திற்கும் பிறகு அந்த நபரைவிட்டு அந்தச் சக்திகள் அகன்றுவிடுகின்றன.

காந்த சக்தியின் மூலம் ஒருவர் மக்களை குணப்படுத்தலாம்; நெடுநோக்கின் மூலமும் மக்களுக்கு உதவலாம். ஒருவருக்கு ஆபத்து வரப்போகிறது என அறிந்தால் அவரிடம் அது குறித்து எச்சரிக்கை செய்யலாம். இவ்வாறு குறிப்பிட்ட அளவில் உண்மையில் சாதகராக அல்லாத ஒருவர் இந்த மர்மமான சக்திகளை சுயநலமின்றி, பிறர் மீதான கருணையுடன், அன்புடன் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்ய வேண்டும் என்ற ஆசையுடன் பயன்படுத்தலாம். சிலருக்கு குறிக்கோள் இருக்கிறது: ''நான் இங்கு பிறந்திருக்கிறேன். நான் இந்தப் பணியினைச் செய்ய வேண்டும் என்று கடவுள் விரும்புகிறார். இது என்னால் செய்து முடிக்கப்பட வேண்டும்'' என்று அவர்கள் எண்ணுகின்றனர். ஒருவருக்கு இத்தகைய தொண்டுணர்வு இருக்குமானால் அவருக்கு பயனுள்ள மர்மமான சக்திகள் கிடைக்கின்றன. அதாவது குறிப்பிட்ட ஒரு காரியத்துக்காக அவரிடம் அந்த சக்திகள் தரப்படுகின்றன. ஆகவே எதற்காக அந்த சக்திகள் தரப்பட்டுள்ளனவோ அதற்காக அவற்றைப் பயன்படுத்தலாம். ஆனால் அத்தகைய மனிதர் கடவுளை அடைய முடியாது. அதற்குப் பாடுபட்டாக வேண்டும்.

பிறகு, மிக உயரிய இடத்தில் இந்த மர்மமான சக்திகள் பயன்படுகின்றன. ஆன்மீக சாதகர்களை இறைவனை நோக்கி - இறைவனிடம் அழைத்துச் செல்லும் பாதையை நோக்கிக் கொணரும் பெரும் பொறுப்பு மகான்களுக்கு இருக்கிறது. இந்த மகான்களிடத்தில் இந்த சக்திகளுக்கு ஒரு இடம் இருக்கிறது. ஆன்மீகப் பாதையில் நடை பயில ஆயத்தமாக உள்ள ஆனால் நம்பிக்கைக் குறைவின் காரணமாக தயங்கிநிற்கிற சாதகர்களிடத்தில் நம்பிக்கையைத் தோற்றுவிப்பதற்காக மகான்கள் இந்த சக்திகளைப் பயன்படுத்துகின்றனர். சில சமயங்களில் மகான்கள் பொதுமக்களுக்கும் உதவி செய்கிறார்கள். அவர்கள் கர்மவினையினால் படும் அவதியிலிருந்து விடுபட உதவுகிறார்கள். அவர்கள் கர்மத்திலிருந்து விடுபட வழிசெய்ய முடியாது. ஆனால் இந்தச் சக்திகள் மூலம் கர்மத்தின் மூலம் ஏற்படும் கஷ்டங்களின் வேதனையைத் தணிக்க முடியும். மகான்கள் இந்தவகையில் உதவி செய்கிறார்கள். சிலசமயங்களில் மிக உயரிய மட்டத்தில் இந்த சக்திகள் ஒரு நபருக்காக உதவி செய்வதற்காக என்றில்லாமல் ஒரு பகுதியைச் சார்ந்த பலருக்கு உதவி செய்வதற்காகப் பயன்படுத்தப் படுகின்றன. பஞ்சம், வறட்சி முதலியவற்றால் பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகளுக்கு நிவாரணம் அளிப்பதற்காக மகான்கள் இந்த சக்தியைப் பயன்படுத்திய சம்பவங்கள் உண்டு. நாம் இதில் நேரடியாகச் சம்பந்தப்பட்டவர்களில்லை. காரணம் அந்த மகான்கள் நாம் அறியாத உயர்நிலையில் சிறந்து விளங்குகிறார்கள். ஒவ்வொன்றையும் அவர்கள் நன்கு அறிவார்கள். இந்த சக்திகளை இறைவனின் விருப்பத்தை நிறைவேற்றுவதற்காகப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

மர்மமான அற்புதங்கள் அனைத்தையும் விட்டு விலகுங்கள்

கீழ்நிலையில், இந்த மர்மமான சக்திகள், மட்டமான செயலில் ஈடுபடுபவர்களுக்கான மகத்தானவையாகவும் உண்மையான சாதகர்களுக்கு இடையூறுகளாகவும் உள்ளன. முடிவில் சாதகர்கள் இறைவனை உணர

வேண்டும். ஒரு சாதகன் தனது விவேகத்தின் மூலம் இறைவனை உணர்ந்துகொள்ளுகிறபோது, கடவுளைத் தவிர மற்ற அனைத்தும் நிலையற்றவை, மறையத்தக்கவை, வெறும் பொம்மலாட்டம், தோன்றி மறையக்கூடியவை; இவற்றுடன் எவருக்கும் நிலையான தொடர்பு இருக்க முடியாது என்று உணர்ந்துகொள்ளுகிறுன். ஒருவன் இதனை உணர்ந்துகொண்டால், பிறகு கடவுளைத் தவிர மற்ற அனைத்தும் தூசி முதல் மாபெரும் சக்தி வரை – எல்லா மர்மமான அற்புதங்களும், மர்மமான அனுபவங்களும் பொருளற்றதாக ஆகிவிடுகின்றன. கடத்தல், நிலையாமை, மறைதல் என்ற தன்மையுடைய உலகின் இயல்பில் அவை கலந்து விடுகின்றன. அவை உண்மையல்ல. அவற்றிற்கு நிலையான மதிப்பு இல்லை.

ஆகவே நிழலின் பின்னே ஓடாதீர்கள். பதரை நாடிப் போகாதீர்கள், உங்கள் வாழ்க்கைக்குச் சத்தூட்டும் நல்ல உணவு தானியத்தை மட்டும் நாடிச் செல்லுங்கள். பொய்மை திசை திருப்ப முயலும்; ஆனுல் உண்மையிலிருந்து நழுவி விடாதீர்கள். உண்மையையே நோக்குங்கள் பொய்யில் ஏமாந்து விடாதீர்கள். கடவுளைத் தவிர மற்ற அனைத்தும் — உயர்ந்தது, சிறந்தது, உனது ஜீவனின் ஆழத்தில் அமைந்திருக்கும் கேந்திரம் அனைத்தும் பொய்மையின் இருப்பிடம். ஆகவே, உண்மையான சாதகன் இந்த அற்புதங்களைக் காணுத முழுக் குருடனுக ஆகிவிடவேண்டும்; இறைவனைப்பற்றி மட்டுமே எண்ண வேண்டும். இறைவனுக்காகவே வாழ்க்கையை நடத்து. கடவுளிடத்திலேயே அன்பு செலுத்து. மகத்தான உண்மையான கடவுளை, கடவுளை மட்டுமே ஒருமனதாக, இதயப் பூர்வமாக அடைவதற்குப் பாடுபடு; விரும்பு. அனைத்து சக்திகளையும் விட்டு விலகுவதற்காக எல்லா மகான்களும் தந்துள்ள செய்தி இதுதான்.

கடவுளையே விரும்பு. கடவுள் அல்லாத எதனையும் நாடி ஒரு அணு அளவு கூட நகர்ந்து திசைமாறிச் செல்லாதே.

கடவுளின் கருணையால் உமது ஞானம் ஒளி பெறட்டும். இறைவனின் அன்பு உமது இதயத்தை நிரப்பட்டும். மகத்தான மகான்களின் அருளாசிகள் விவேகம் என்னும் ஒளியினையும், உண்மையான விழிப்புணர்வையும் உமது இதயத்தில் இடம் பெறச் செய்யட்டும். இறைவனை நோக்கிச் செல்லும் பாதையில் மகான்கள் உங்களை வழி நடத்திச் செல்லட்டும். உண்மையைப் புரிந்துகொள்ளும் சக்தியை அவர்கள் உங்களுக்கு அளிக்கட்டும். இறைவனை நோக்கிச் செல்லும் பாதையிலிருந்து உங்களை திசை திருப்ப முயலும் சில்லறை சக்திகளையும் அனைத்து மர்ம மான சக்திகளின் ஆசைகளையும் கடந்து செல்வதற்கும், எவ்விதமான ஆசைகாட்டுதலுக்கும் பலியாகாதிருக்கவும் உள்ளுரையும் ஆன்மீக பலத்தை அவர்கள் உங்களுக்கு அருளட்டும். அவர்கள் உங்களுக்கு உற்சாகந் தரட்டும்; பலம் தரட்டும்; உன்னதமான அருளாட்சி நடைபெறும் இடத்திற்கு அழைத்துச் செல்லட்டும்; உங்கள் வாழ்வில் இறை அனுபவம், முடிவிலாப் பேரானந்தம், நிலையான அறிவு மற்றும் ஒளி, அளவிடற்கரிய தெய்வீக அமைதி ஆகியவை நிரம்பி நீங்கள் சிறப்புற்று விளங்குமாறு செய்யட்டும். கடவுள் உங்களுக்கு அருள் புரிகிறார்.

3. தியானம்

புகழ்மிகு அமர ஆத்மாவே! ஒளியும் அமரத்துவமும் பெற்ற அருட்செல்வர்களே! தெய்வீகப் பாதையில் சாதகர்களாக விளங்கும் அன்பர்களே! தியானம் என்னும் புகழ்மிகு பிரவாகத்திலும் தெய்வத்தின் திருநாமத்திலும் மூழ்கித் திளைப்பதற்கு இந்தக் காலை நேரத்தில் நாமெல் லாம் இங்கே ஒன்று கூடுவதற்கு எவ்வளவு பெரும் பேறு பெற்றிருக்கிறோம்! இது இறைவன் தந்த வரப் பிரசாதம். இது, நிலையான ஒருவரிடமிருந்து, நமது வாழ்வுக்கு மூலகாரணமாக இருப்பவரிடமிருந்து, நாம் நிலையாக ஒன்றியிருப்பவரிடமிருந்து, நாம் அனைவரும் எவரிடத்தில் ஒன்று சேர்ந்திருக்கிறோமோ அவரிடத்திலிருந்து

பெறப்பட்ட அன்பு ஆகும். இத்தகைய அன்பளிப்பை நாம் அன்புடனும், மதிப்புடனும், பக்தியுடனும் ஏற்று அனைவரும் பயன்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும். உண்மையில், கடவுளின் தொடர்ச்சியான கருணையையும் அருளையும், நாம் அங்கீகரிக்கிறோம் என்பதற்கு அடையாளம், அவரது அருளுக்கு அருகதை உள்ளவர்களாக நம்மை ஆக்கிக் கொள்ளுவதுதான். இந்த வகையில், நாம் இறைவனை நெருங்கி, நெருங்கிச் செல்லுகின்றோம். நம்முள் உறையும் கடவுள் நம்மில் ஒருவரைப்பார்த்து (அவர் நமது உண்மையான தாகத்தையும் மனப்பூர்வமான ஆசையையும் அறிவார்), "இதோ இந்தக் குழந்தையைப் பாருங்கள். அழியும் இந்த உலகின் பொம்மைகளை இது வெறுத்துவிட்டது. உபயோகமற்றதை இது ஒதுக்கிவிட்டது; மறைந்து அழியக்கூடியதைப் புறக்கணித்து விட்டது. இது புறத்தோற்றத்தை, பெயரை, வடிவத்தை, எனது மிகப்பெரும் விளையாட்டை அது வெறுத்துவிட்டது. வாழ்க்கையின் நாடகத்தையும் அது வெறுத்து ஒதுக்கிவிட்டது. இப்போது அது என்னை நோக்கி வருகிறது. ஆகவே நான் இனித் தாமதம் செய்யக் கூடாது" என்று சொல்லுகிற அளவுக்கு நமது வாழ்க்கையை நாம் வாழவேண்டும். இவ்வாறு அங்கீகரிக்கிற இறைவன், உண்மையிலேயே தன்னை விரும்புகிற, தன்னை மட்டுமே விரும்புகிற, உண்மையிலேயே ஆன்ம தாகம் கொண்டிருக்கிற ஒருவருக்கு, அவரது ஆன்மீக வெளிப்பாட்டுக்கு, உயரிய நிலையை அடைவதற்குத் தேவையான அனைத்தையும் கொண்டு வருகிறார். நம்மைப் பொறுத்தவரையில் நாம் இறையருளைப் பெறுவதில் தீவிர ஆவலும் விருப்பமும் கொண்டவராக இருக்கவேண்டும். ஒரு எல்லைக்கு உட்பட்ட மனிதன் இதனைச் செய்கிறான். இந்த முயற்சி சிரத்தையும் நேர்மையும் கொண்டதாக இருக்கிறபடியால் இதனை வெற்றிபெறச் செய்வது இறைவனின் கடமையாக ஆகிவிடுகிறது. இதனையொட்டியே மகான் ஏசுநாதர் "கேளுங்கள்; கொடுக்கப்படும்" என்றார். கேட்பது, ஒவ்வொரு தனிப்பட்ட ஆத்மாவின்

வேலை. கொடுப்பது, அறிவுசார்ந்த அன்பின் வழியில் ஒரு தந்தை செய்துமுடிக்க வேண்டிய பெரும்பணி. பொழுது விடிவதும், இரவு என்னும் இருளை அகற்றி ஒளிக் கதிர் பரப்பி சூரியன் உதயமாவதும் எவ்வளவு நிச்சய மானதோ அவ்வளவு நிச்சயமானது, பரம்பொருளை அடைய விரும்பும் ஒரு சிரத்தையுடைய ஆன்மாவின் ஆவல் பூர்த்திசெய்யப்படுவது. இதுபோன்ற தியானம், வழிபாடு, பிரார்த்தனை இவையெல்லாம் நமது வாழ்வில் இறைவனின் கருணை தவறாது கிடைப்பதனையும், நாம் இறைவனுக்காக சிரத்தையுடன் ஆவல் கொண்டிருப் பதனையும் நிரூபிப்பதற்கான வாய்ப்புக்கள். ஒவ்வொரு முறையும் இந்த உலகாயதத் தொழிலைவிட்டு நாம் விலகு கிறோம்; ஒவ்வொரு முறையும் வெறும் இந்த உலகுக்கு மட்டுமே சம்பந்தமான பொருள்களை ஒதுக்கி வைக்கிறோம். நாம் நமது உள்ளுறையும் ஜீவனின் அமைதியில் ஒருங்கிணைகிறோம். இறைவனை வழிபட அமர்கிறோம். ''இறைவா! நான் இங்கே இருக்கிறேன். நான் உன்னை விரும்புகிறேன். அருள்புரிவாய் அப்பனே! உன்னை நான் உணருமாறு செய்க! தோன்றிமறையும் அனைத்தையும் புறக்கணித்து என்றும் நிலைத்திருப்பதனை நாடுகிறேன்'' என்ற குரல் எல்லையிலாப் பரம்பொருளுக்கு எட்டுகிறது. இது சிரத்தையின் உண்மையான அறிகுறியாகவும், ஆன்மாவின் நேர்மைத் தன்மையாகவும், உள்ளுறையும் ஜீவனின் சிரத்தைமிக்க விருப்பமாகவும் அமைகிறது.

தியானத்தின் இயல்பும் யோகத்தில் அதன் இடமும்

ஆகவே, தியானம் என்பது உங்களது ஜீவனின் ஆழ்ந்த பகுதியின் செயலாகும். உண்மையில் இது மனிதப் பிறவியின் உன்னத உரிமை மற்றும் உயரிய பேரானந்தத்தின் மூலமாக நிகழும் மிகப்பெரிய மிகச் சிறந்த செயலாகும். இந்த உலகில் வழிபாட்டைவிடச் சிறந்த ஒரு செயல் கிடையாது. ஆகவே நாமனைவரும் இந்த அழகிய காலைப் பொழுதிற்கு, இந்தப் புனிதமான

நேரத்துக்கு அமைதியாக இருந்து இறைவனின் புகழ்மிகு தோற்றத்தின் ஒளிக் கதிர்களில் மூழ்கி இறைவனின் திருவடிகளில் அமரும் பேறு கிடைத்தமைக்கு நன்றி செலுத்துவோம். நம்மிடத்தில் இருக்கும் உலகாயத அம்சங்களிலிருந்து நம்மை விடுவித்துத் தூய்மைப் படுத்திக் கொள்ளவும் நம் உள்ளத்தில் தெய்வம் குடி கொள்ளுமாறு செய்யவும் நாம் முயற்சி மேற்கொள்ளும் பேறு கிடைத்தமைக்காக நன்றி செலுத்துவோம். நமது வாழ்க்கை முழுவதும் எதற்காக உள்ளதோ அதற்காக நம்மை வகைப்படுத்துவதே தியானத்தின் இத்தகைய செயல்களது நோக்கமாகும். இறைவனுடன் நம்மை நிலையாக சம்பந்தப்படுத்திக் கொள்வதே நமது வாழ்க்கையின் நோக்கமாகும். இது நமது இயல்பை சாந்தமுடையதாக ஆக்கிக் கொள்ளுவதாகும். இது, ஆன்மாவுக்குச் சம்பந்தமில்லாத கருத்திலிருந்து ஒதுங்கிக்கொள்ளும் செயல்முறையாகும். மேலும் இது, நமது ஜீவனுக்கு நிலையிலாத ஒன்று விடுக்கும் குரலுக்குத் தொடர்ந்து செவிசாய்க்காதிருக்கும் ஒரு செயல்முறையாகும். இது தீர்மானமாக, விடாப்பிடியாக, உறுதியோடு ஆன்மாவை அழியாத, நிலையான ஒன்றை நாடிச்செல்லும் செயல் முறையாகும். நமது வாழ்க்கையின் பொருள் பொய்மையிலிருந்து திரும்பி உண்மையை நாடிச் செல்லுவது என்பதாகும்; இழுத்துச் செல்லும் இருளிலிருந்து விடுபட்டு, ஒளியைமட்டுமே நாடிச்செல்லும் முயற்சியாகும்; அழியும் இந்த நிலையிலிருந்து தீர்மானமாக எழுந்து, நமக்கு உள்ளே உறையும் ஆன்மாவின் அமரத்துவத்தை உணர்ந்து கொள்ளுவதாகும். தியானம் என்பது இந்தச் செயலை முறையாக, திட்டமிட்ட ரீதியில் குறிப்பிட்ட கால அளவில் விரைவாகச் செய்து முடிப்பதாகும். தியானம் என்பது ஆன்மாவில் தீவிரமாக வாழ்வதாகும். வாழ்க்கை முழுவதுமே (அதன் இயக்கங்கள்) தியானத்தின் உணர்வு, ஆன்ம தாகத்தின் உணர்வு என்னும் பிரவாகத்தின் பெருக்கமாகும். இவ்விரு செயல்முறையும் எந்தத் தடையாலும் பிரிக்கப்படக் கூடாது. தியானம் நமது வாழ்வுக்கு

உத்வேகம் தரவேண்டும். தியானம் என்பது நமது வாழ்வின் பாட்டரியைத் தீவிரத் தன்மையுடன் புதுப்பிப்பதாக இருக்கவேண்டும். தியானம் என்பது, நமது வாழ்வு முழுமையையும், நமது எண்ணங்கள், உணர்வுகள், நோக்கங்கள், மனப்போக்குகள், விருப்பங்கள் அனைத்தையும் இந்த உலகத்துடன் நம்மைச் சம்பந்தப்படுத்தும் அனைத்தையும் ஆன்மீக மயமாக்கும் சக்தியாக இருக்க வேண்டும். இந்த உலகம், நமது வாழ்க்கை எல்லாம் நமது தியானத்தின் ஆழ்ந்த உணர்வின் வெளிப்பாடு என்றே நாம் கருதவேண்டும். வாழ்க்கை, தியானம் ஆகிய இரண்டும் ஒன்றுக்கொன்று சம்பந்தப்பட்ட தொடர்ச்சியான செயல்முறைகள் ஆகும். அவை தம்மைத் தெளிவாக வேறுபடுத்திக் கொள்ளக்கூடியவை அல்ல.

தியானம் என்பது மனிதன் தன்னை ஒரு குறுகலான வட்டத்துக்குள் வைத்துக்கொள்ளும் செயலோ, வாழ்க்கைக்குச் சம்பந்தமில்லாத, அதற்கு முற்றிலும் மாறான இயல்புகொண்ட செயலோ, வாழ்வின் சாதாரணப் போக்குக்கு முரணானதோ அல்ல. ஆனால் அது உங்கள் அடிமனத்தின் - ஆசை நிரம்பிய மனஇயல்பின் போக்குக்கு நேர் எதிரான திசையில் செல்லக்கூடியதாகும். தியானம் என்பது பொருள்களை நாடிப் புலன்கள் செல்லும் செயலுக்கு எதிரான செயலாகும். இந்தப் புறச்செயல்கள் மனத்தின் அடித்தளத்தில் உறைந்திருக்கும் குணங்கள் ஆகும். தியானம் இவற்றுக்கு எதிராகப் போகக் கூடும். ஆனால் இந்தப் புறச்செயல்கள் உங்களை உருவாக்கவில்லை. இந்தப் புலன்கள் உங்களை உருவாக்கவில்லை மனதும் ஆசை கொள்ளும் உங்களை உருவாக்கவில்லை. உங்களது உண்மையான ஜீவன், சமுத்திரத்தை நோக்கிப் பாய்ந்தோடும் நதியைப் போன்றதாகும். ஆகவே இந்த ஜீவனில் தியானத்துக்கும் வாழ்க்கைக்கும் இடையே எந்தவிதமான பிரிவும் இருக்கக் கூடாது. இதனை மனதில் பதித்துக்கொள்ளவில்லை என்றால் தியானத்துக்கும் உங்கள்

வாழ்வின் மற்ற செயல்களுக்குமிடையே தெளிவான வேறுபாடு இருப்பதாக நீங்கள் காண்பீர்கள். இதன் விளைவாக, அன்றாட வாழ்வில் தோற்றுவிக்கப்படும் உணர்ச்சி அலைகளுக்கும் தியானத்துக்குமிடையே ஒரு இழுபறிநிலை ஏற்படுகிகிறது. இது மிகவும் கஷ்டமான நிலையாகும். மனதின் ஒருபகுதி இன்னொருபகுதியை மறுக்கிறது, எதிர்க்கிறது. இதனால் மிக அவசியமான சக்தி வீணாக்கப்படுகிறது. ஜீவனின் உணர்வில் பெரும் மோதல் ஏற்படுகிறது. தியானம் உங்களிடையே இணக்கம், அமைதி, மகிழ்ச்சி ஆகியவற்றைத் தோற்றுவிக்க முடியும், உங்களை உற்சாக வெள்ளத்தில் அது ஆழ்த்தும். ஆனால் உங்கள் முகக்குறி அவற்றை வெளிப்படுத்துவதாக இல்லை. நீங்கள் தியானம் செய்தாலும் கண்ணிலே சாந்தம் இல்லை. ஆனால் இந்த உள் ரகசியம் புரிந்து கொள்ளப்படுகிற இடத்தில், வாழ்வும் தியானமும் இணைந்து செல்லும்போது ஒன்றுக்கொன்று முழுமையான அளவில் அனுசரணையாக, இசைவாக இருக்கும்போது இத்தகைய தியானத்தில் ஈடுபட்டுள்ளவரிடத்தில் தியானத்தின் விளைவாகத்தோன்றும் அமைதி வாழ்வு முழுவதும் நிறைந்திருக்கிறது. தியானம் தரும் அமைதி கண்களில் பளிச்சிடுகிறது. தியானந் தரும் உற்சாகம், வாழ்வு முழுவதும் பரவி நிற்கிறது. தியானம், உங்களது வாழ்வில் அத்தகைய இடத்தைப் பெற்றிருக்கிறது. உங்களது வாழ்நாள் முழுவதும் அன்றாட வாழ்வில் தியானம் அத்தகைய முக்கியத்துவத்தைப் பெற்றிருக்கிறது.

தியானத்தின் துவக்கமும் அதன் நுணுக்கமும்

நாம் புறச் சூழ்நிலைக்கு மத்தியில் வாழ்கிறோம். நமது மன நிலையும் நாம் அறிந்ததுதான். நமது ஆன்ம உணர்வில் அடித்தள விழிப்புணர்வில் நமது அன்றாட வாழ்வு சில விளைவுகளைத் தோற்றுவிக்கிறது. நமது உள்ளுணர்வின் கதிர்களை புலன்கள் அடுத்தடுத்துக் கவ்விக் கொள்

ளுகின்றன. ஆகவே, நீங்கள் தியானத்தற்கு அமரும் போது, உடனடியாக தியானத்தில் இறங்காமல் புறவாழ் வின் இயக்கம், புறச் செயல்களின் வேகம் ஒய்ந்து நிற் கிற வரையில் பொறுத்திருங்கள். சிறிது நேரம் கொடுங் கள். எண்ணங்களின் வேகம் தணியட்டும். மனம் சுழற் சியிலிருந்தும் புறப் பொருள்களின் பிடியிலிருந்தும் மீண் டும் அமைதி பெறட்டும். அதன்பின் அதை மெதுவாக தன்னுணர்விலிருந்தும் அடுத்துள்ள சூழ்நிலையுடனுன அதன் இணைப்பு மற்றும் உடல் சம்பந்தமான உணர்வி லிருந்தும் விடுவித்துக் கிளப்பி மேலே கொண்டு செல்லுங் கள். இதற்கு இறைவனின் திருநாமத்தையும், மந்திரங் களையும் உச்சரித்தல் நல்லது. இவை தெய்வீக மயமான ஆன்ம சக்தியைத் தருகின்றன. இதன் மூலம் மனதை தெய்வத்தை அறிந்துகொள்ளும் நுண்ணிய விழிப்புணர் விற்கு உயர்த்திச் செல்ல முடிகிறது. சாந்தம், மனதைக் கட்டுப்படுத்தியதன் மூலம் ஏற்பட்ட அமைதியால் உரு வாக்கப்பட்ட உயர்வு ஆகியவற்றின் மூலம், தெய்வ நாமம், பரம் பொருள்பற்றிய மகத்தான உண்மைப் பொருளைப்பற்றிய உங்கள் கருத்தை உருவாக்குகிறது. உடல் முழுவதும், மனம் முழுவதும், புலன்கள் அனைத் தும் சாந்தி அடைகின்றன. மனம் உயர்வு பெறுகிறது. அது இப்போது உயரிய கருத்துக்களைச் செயற்படுத்த ஆயத்தமாக இருக்கிறது. கீழ்த்தரமான எண்ணங் களிலிருந்து மனம் மெதுவாக விடுபடுகிறது. ஆகவே நீங்கள், மனத்தில் தெய்வீக பாவத்தை – ஆன்மீகப்பற்று சம்பந்தமான உணர்வு அல்லது போக்கு – ஆன்மீக பாவத்தை நிரப்பி மனதை தியானத்துக்கு ஆயத்தப் படுத்துங்கள்.

உதாரணமாக, பரந்த மலைகளும், பள்ளத்தாக்கு களும், காடுகளும், பல்வேறு வகைப்பட்ட இயற்கைக் காட்சிகளும் நிரம்பிய பகுதிகளை நீங்கள் கடந்து வருவ தாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இவற்றைக் கடந்து வருகிற நீங்கள் திடீரென்று ஒரு சமுத்திரத்தின் முன்பாக

நிற்கிறீர்கள். நீங்கள் கேட்டு வந்த பெயர்களும், கண்டு வந்த வடிவங்களும் இப்போது கண்முன் தென்படவில்லை. இப்போது பரந்த வெளியையே காணுகிறீர்கள். எந்தப் பொருளும் உங்கள் பார்வைக்கு ஊறு செய்யவில்லை. உங்கள் பார்வைக்குப் பரந்த வெளியே, அமைதியான நிலையே தென்படுகிறது. பல்வேறு பொருட்களைக் கண்டு வந்த நீங்கள் இப்போது ஒன்றே ஒன்றை மட்டுமே காணுகிறீர்கள்.

மனதை ஒரு நிலைப்படுத்தல், உங்களைக் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளுதல், மந்திரத்தின் மூலமும் ஜபம் மூலமும் உங்கள் உணர்வுகளை உயரியதாக ஆக்கிக் கொள்ளுதல் ஆகிய செயல்கள், உங்களை பல்வேறு பொருள்களிலிருந்து மனம் விடுபட்டிருக்கும் ஒரு நிலைக்குக் கொண்டு வருகின்றன. மேலும் இவை, உங்களுக்குள் உறையும் தெய்வத்தை நோக்கி – பிரம்மம் அல்லது ஆத்மா அல்லது பரம் பொருளை நோக்கி, பரிபூரணமான உண்மையை நோக்கி, உன்னதமான ஜீவனை நோக்கி, மாறுத, எல்லையற்ற கடவுளை நோக்கி அழைத்துச் செல்லுகின்றன.

கிழக்குக் கடற்கரையின் அடிவானத்திலிருந்து சூரியன் உதயமாகி வர்ணிக்க முடியாத பரந்த வெளிக்கு வருகிறபோது உங்கள் எண்ணமும் தூயதான அந்த சமுத்திரத்தின் மிகப்பெரும் பரப்பினை ஒட்டி எழுகிறது. அது தெய்வம் பற்றி நீங்கள் கருத்தில் கொள்ளும் ஒலியாகவோ, தெய்வீகத் தோற்றமாகவோ, ஒரு உருவமற்ற கருத்தாகவோ, விசேஷமான ஒரு எண்ணமாகவோ பல எண்ணங்களாகவோ இருக்கலாம். சமுத்திரம், அலையாக எழுந்து வந்தது போலவும், அதனின்று வேறுபட்டதாகவோ, தனித்து இருப்பதாகவோ இல்லையென்றும், இரண்டும் ஒன்றே என்றும் தற்காலிகமாக அலையின் வடிவில் தோன்றுகிறது என்றும் கருதி தூய ஜீவன் என்னும் இந்த சமுத்திரத்தை நீங்கள் போற்றுகிறீர்கள் — இது கடவுளை எந்தக் கருத்தில் அல்லது கருத்துக்களில் நீங்கள்

உருவகப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறீர்களோ அந்த வகையில் தோற்றமளித்திருப்பதாக ஆகும். இதன் பிறகு நீங்கள் மெதுவாக அந்தக் கருத்து அல்லது கருத்துக்களின் தொகுப்பு அல்லது தோற்றப் பொலிவு ஆகியவற்றை நோக்கி வருகிறீர்கள். உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதும் தொடர்ந்து பாய்ந்தோடி வரும் அன்பு, போற்றுதல், மதிப்பு, வழிபாடு, பிரார்த்தனை, நம்பிக்கை ஆகியவை உங்கள் வாழ்க்கையை நெகிழ்வுறச் செய்யட்டும். உங்களது இந்தத் தெய்வீக உணர்வுகள், தொடர்ந்து கடவுளைப்பற்றிய உங்கள் கருத்தை நாடிச் செல்லுபவையாகத் தோற்றமளிக்கிறவரை இவ்வாறு நிகழட்டும்.

தொடர்ச்சியான இடையருத இந்த இனிய இறையுணர்வு என்றும் நீடித்திருக்க வேண்டும். தியானத்தின் சாரமே இதுதான். அது குறிப்பிட்ட ஒரு மனநிலை. மனதில் முழுமையாக கடவுள் – கடவுள் மட்டுமே நிறைந்திருக்கிற நிலை. கடவுளைத் தவிற வேறு எதுவும் மனதில் இல்லாத நிலை. மனதை காலியாக வைத்திருப்பதற்கான முயற்சியே தியானம் என்று சிலர் தவருகப் புரிந்து கொள்ளுகிருர்கள். தியானம் பற்றிய தவருன எண்ணங்களில் இதுவும் ஒன்று. இந்தத் தவறு நிகழாதிருக்க தியானம் செய்யும் முறையை சரிவரத் தெரிந்துகொள்ளுவது அவசியம். தியானம்பற்றிய இந்தத் தவருன எண்ணம் என் கவனத்திற்குக் கொண்டு வரப்பட்டபோது, "காலியான மனம் பிசாசுவின் செயற்களம்" என்னும் பழமொழிதான் என் நினைவுக்கு வந்தது. மனம் காலியாக இருக்கிறபோது எதுவும் அதற்குள் புகுந்து கொள்ளலாம். இந்தக் கருத்தில் ஓரளவுக்கு உண்மை இருக்கிறது. ஆதலால், இதனை மக்கள் மனதிலிருந்து அகற்றிவிட முடியாது. ஒரு கருத்து முற்றிலும் பொய்யானது என்ருல் உங்களால் மறுக்க முடியும். ஆனுல் அதில் பாதியளவுக்கு உண்மை கலந்திருக்கிறது என்ருல், அதனை மறுப்பது மிகவும் கடினம். பாதிப் பொய் சொல்வது முழுப்பொய் சொல்வதைவிட ஆபத்தானது. ஆகவே தியானம்பற்றிய

பாதி உண்மையைப் புரிந்துகொண்டு முழு உண்மையை முழுமையாகப் புறக்கணிக்கிற இவர்களுக்கு மீண்டும் ஒன்று சொல்கிறேன். ''தியானம் என்பது மனதில் இறைவனைப்பற்றிய எண்ணத்தை நிரப்புவதாகும்.'' ஆகவே, கடவுளுக்குச் சம்பந்தமற்ற மற்ற எண்ணங்கள் அனைத்தையும் மனதிலிருந்து அகற்றி மனத்தைக் காலி செய்வது என்பது இதன் பொருளாகும். ஆத்மாவுக்கு அல்லது இறைவனுக்கு சம்பந்தமில்லாதவற்றை அகற்றி மனதைக் காலிசெய்வது என்பது செயல்முறையின் ஒரு பாதிதான். இது உண்மைச் செயல்முறை உணர்த்திய ஒரு குறிப்புத் தான். உண்மையான செயல்முறை என்பது மனதில் இறைவன் இடம் பெறுமாறு செய்வது ஆகும். விழிப்புணர்வு எப்போதும் இருக்கிறது. நீங்கள் மனதைக் காலி செய்தால் அது வெற்றிடமாக, காலியாக ஆவதில்லை. ஆனால் கடவுள்தான் அங்கு அமர்ந்து அந்த இடத்தை நிரப்புகிறார். உன்னதமான, லட்சியமான, உண்மையான பரம்பொருள், தூய ஜீவனின் ஒளி, உங்கள் உணர்வு முழுவதும் கலந்து விடுகிறது. மனதை கடவுள் நிரப்புகிறார். அவர் இருக்குமிடத்தில் உலகம் இருக்க முடியாது. ''பரம்பொருள் இருக்குமிடத்தில், உலகத்தைப் பற்றிய விருப்பம் இருப்பதில்லை'' என்று சொல்லப்படுகிறது. ஆகவே ஒரு இடத்திற்கு இறைவன் வரவேண்டும் என்றால் அங்கு உலகியல் ஆசைகள் இருக்கக்கூடாது. உலகம் இருக்கிற இடத்தில் இறைவன் இருக்க முடியாது. நான் பொறுமை உடைய குரு. எனக்குரிய இடத்தில் வேறொருவர் வந்து அமருவதை நான் சகித்துக்கொள்ள மாட்டேன். அது என்னுடையது, தனி நபரின் இதயம், இறைவனுக்குரிய சிம்மாசனம். அந்த சிம்மாசனத்தில் வேறு ஏதாவது அமர்ந்திருக்குமானால், கடவுள் அதனைப் பார்த்து ''இந்த இடம் நான் வந்து அமருகின்ற அளவுக்கு இன்னும் பக்குவப்படவில்லை'' என்று கூறுகிறார்.

ஆகவே தியானம் என்பது நமது மனத்திலிருந்து கடவுள் தன்மையற்ற அனைத்தையும் அகற்றி கடவுளை

அங்கு அமர்த்துவது ஆகும். ஒருவர் இறைவனைப்பற்றி ஒரு குறிப்பிட்ட கருத்தைக் கொண்டிருப்பதுபற்றி நமக்குக் கவலையில்லை. ஆனால் பெரும் சாபக்கேடு யாதெனில் சிலர் ஒரே ஒரு மதத்தை பிரசாரம் செய்து, இறைவனைப்பற்றிய குறிப்பிட்ட ஒரு கருத்தை வலியுறுத்தி, இதுதான் மதம் என்றும் இது மட்டுமே அவரைக் குறிக்கும் கருத்து என்றும் வலியுறுத்துவதாகும். இதன் மூலம் மனித இனத்தை மிகப் பெருந் தொல்லைக்கு அவர்கள் உட்படுத்துகிறார்கள். அவர்கள் குறிப்பிட்ட வழியில் மட்டும், ஒரு குறிப்பிட்ட புத்தகத்தின் உதவியுடன் மட்டும் இறைவனைச் சிந்திக்க வேண்டும் என்று அவர்கள் கருதுகின்றனர். இது கடவுளைப்பற்றிய தூய கருத்தை அழிப்பதாகும். இது நமக்குள் இருக்கும் ஆன்மீக அம்சத்தை அழிப்பதாகும். கடவுளை நாம் உருவகப்படுத்த முடியாது. ஒரு குறிப்பிட்ட வடிவில் மட்டும் வர்ணிக்க இயலாது. அன்புக்கு அகப்படுகிறவன் இறைவன். கடவுளை நாம் விரும்புகிற நமது மனதுக்குப் பட்ட எந்த வடிவிலும் வணங்கலாம். உதாரணமாக, ஒரு குழந்தை தனது தாயாரின் தலை முடியைப்பற்றி இழுக்கிறது, மூக்கை வளைக்கிறது, கன்னத்தில் அறைகிறது, முகத்தை முறுக்கித் திருப்புகிறது. கண்ணுக்குள் விரலை விடுகிறது. இன்னும் என்னவெல்லாமோ செய்கிறது. ஆனால் அன்னை குழந்தையிடத்தில் கோபப்படுவதில்லை. மாறாக அன்பு செலுத்துகிறாள். குழந்தை, தலைமுடியைப் பிடித்து இழுக்கும்போது அவள் வளைந்து கொடுக்கிறாள். குழந்தை விரும்புகிற அளவுக்கு தன் முகத்தை இடித்துத் தள்ள அனுமதிக்கிறாள். ஏன்? அன்புதான் காரணம். குழந்தையிடத்தில் தாயும், தாயிடத்தில் குழந்தையும் கொண்டிருக்கிற அன்புதான் இதற்குக் காரணம். இது போலவே அன்பு நிறைந்த மனம் இறைவனை எந்த வடிவில் கருதினாலும் அந்த வடிவில் இறைவன் தோன்றுகிறான். ''ஒரு சாதகன் எந்த வழியில் என்னை நாடுகிறானோ அதே வழியில் அந்த சாதகனின் ஆன்மாவுக்கு என்னை நான் வெளிப்படுத்திக் கொள்ளுகின்றேன்'' என்று பகவான் கிருஷ்ணன் கூறினார். உங்களது ஒரு

குறிப்பிட்ட கருத்திற்குள் மட்டுமே இறைவனைக் கட்டுப் படுத்திவிட முயற்சிப்பதன் மூலம், இறைவன் எல்லையற்ற வர், எங்கும் உள்ளவர், சர்வசக்தி வாய்ந்தவர் என்ற கருத்தையே நீங்கள் அழிக்கிறீர்கள். இறைவனால் எதைச் செய்ய முடியாது? அவர் எதில் இல்லை? அவர் எங்கும் இருக்கிறார். எதிலும் இருக்கிறார். கடவுள் வரம் பற்றவர் என்றும், தனித்து நிற்கிறவர் என்றும் பெயருக் கும் வடிவத்துக்கும் அப்பாற்பட்டவர் என்றும் மனம் மற்றும் எண்ணத்தின் எல்லைக்கு அப்பாற்பட்டவர் என்றும் நாம் அறிந்துகொண்டிருக்கிறோம். ஆயினும்கூட அவர் எதிலும் இருக்கிறார். அனைத்துமாக இருக்கிறார். இறைவனுக்கு ஒரு அங்கீகரிக்கத்தக்க வடிவைத் தரும் அனைத்து முயற்சி களும் ஒருங்கிணைந்திருப்பது வேதாந்தம் ஆகும். அது இறைவனைப்பற்றிக் குறிப்பிடும்போது,“இறைவா! உனக்கு எண்ணற்ற பெயர்களும், எண்ணற்ற வடிவங்களும் இருக் கின்றன. நீ எல்லையற்றவன்” என்று கூறுகிறது. ஆகவே இறைவனை எந்த வடிவத்தில் வேண்டுமானாலும் கருத்தில் கொள்ளுங்கள். தொல்லைக்கும் கவலைக்கும் ஆளாகாதீர் கள். தியானத்துக்கு நீங்கள் அமரும்போது இறைவன் அறிந்துகொள்ளுகிறார். அவர் அறிவார். நீங்கள் அமர்ந் திருக்கும் இடம் அவருக்குத் தெரியும். தியானத்தில் எண்ணத் துவங்கும்போது, உங்கள் எண்ணத்தைக்கூட அவர் அறிந்து கொள்ளுகிறார். உதாரணமாக, ஒரு குடும் பத்தில் தந்தை இருக்கிறார். நல்லவர். அனைவராலும் நேசிக்கப்படுகிறவர். அவரது குடும்பத்தார் அனைவரும் அவரைப்பற்றி என்ன கருத்து கொண்டிருக்கிறார்கள், எவ்வளவு வேறுபாடு உடைய கருத்துக்களைக் கொண்டி ருக்கிறார்கள் என்பதை கற்பனை செய்து பாருங்கள். மகனும் மகளும் அவரை தந்தையாக, கருணைமிக்கவராக, பெரியவராக, தம்மைக் காப்பவராக, தம்மைக் கவனித் துக் கொள்ளுபவராக, தாம் பின்பற்றத் தக்கவராகக் கருதுகின்றனர். அவரது சகோதரர் அவரைத் தந்தை யாகக் கருதுவதில்லை; ஆனால் கருணைமிக்க சகோதரனாகக் கருதுகிறார். அவரது மனைவி அவரைத் தனது வழிகாட்டி

யாக, பிரபுவாக, அன்புக் கணவனுகக் கருதுகிருர். அவரது சொந்தப் பெற்ருேர்கள், அவரைத் தமது மகனுக, தமது பேரக் குழந்தைகளின் தந்தையாகக் கருதுகின்றனர். அவரது பக்கத்துவீட்டுக்காரர் இவர்கள் அனைவரது கருத்துக்களுக்கும் மாருன ஒரு கருத்தைக் கொண்டவராக இருக்கிருர். இந்தப் பெற்ருேர், குழந்தைகள், சகோதரன், மனைவி, பக்கத்து வீட்டுக்காரர் ஆகியோர் மனதில் உருவாகும் கருத்துக்கள் அனைத்தும் வேறுபட்டவை. ஆகவே இந்த ஒரு நபரைப்பற்றி அவர்கள் அனைவரும் வெவ்வேறு கருத்துக்களை உடையவர்களாக இருக்கின்றனர். அவர்கள் அனைவரின் கருத்துக்களும் ஏற்கத்தக்கவை. சரியானவை.

மனதில் கடவுள் சிந்தனை கலக்கட்டும்

இந்த வகையில், நீங்களும் உங்கள் இதயம் கடவுளை எந்த வடிவில் காணுகிறதோ அந்த வடிவிலேயே ஆண்டவனை எண்ணுங்கள். தினமும் பின்வரும் பிரார்த்தனையுடன் பணிகளைத் துவக்குங்கள்.

''மகாபிரபு! அடியேன் தங்கள் திருவடிகளில் அன்புடன் வந்து அமர்ந்திருக்கிறேன். நான் பணிவுடன் என்னைத் தங்களிடத்தில் சமர்ப்பித்துவிட எண்ணுகிறேன். நான் அன்புடன் உங்களை நாடி வந்துள்ளேன். தங்களது மகத்தான தெய்வீக இயல்புடைய சாம்ராஜ்யத்தைப் புரிந்து கொள்ளும் அளவுக்கு எனது உணர்வினை உயர்த்துங்கள். என்னைத் தங்களிடம் மகிழ்வுடன் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். புலன்கள் மற்றும் மனதின் கவர்ச்சி அகற்றப்படட்டும். இந்தப் புனித வேளையில் அவை புகுந்து அல்லற்படுத்தாதிருக்கட்டும். இறைவா! நான் உன்னையே, உன்னை மட்டுமே எண்ண விரும்புகிறேன். நான் உன்னிடத்திலே முழுமையாகக் கரைந்துவிட விரும்புகிறேன்''.

இவ்வாறு பிரார்த்தனை செய்துகொண்டு கடவுளை எண்ணித் தியானத்தில் அமருங்கள். மற்ற எண்ணங்கள் எழுமானால் அவைபற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள்; மனதைப் புறக்கணித்துவிடுங்கள். ''நீ எதை விரும்புகிறாயோ அதைச் செய்துகொள். ஆனால் நான் இறைவனைப் பற்றியே சிந்திப்பேன். நான் எனது அன்பிற்குரிய ஆண்டவனையே நினைப்பேன். நீ என்ன செய்வாய் என்பது பற்றி எனக்குக் கவலையில்லை'' என்று சொல்லி விடுங்கள்.

மனதை அழுத்த முயற்சி செய்யாதீர்கள். எண்ணங்களை பலவந்தமாக வெளியேற்ற முயற்சி செய்யாதீர்கள். வன்முறையைப் பயன்படுத்தாதீர்கள். ஏனெனில், தியானத்தின் மூலம் இறைவனை எண்ணுவது என்னும் தங்கள் நோக்கத்துக்கே ஊறு ஏற்பட்டுவிடும். அதற்கு மாறாக நீங்கள் உங்கள் மனதைப்பற்றியே எண்ணிக் கொண்டிருப்பீர்கள். கடவுள்மீது செலுத்தப்பட வேண்டிய உங்கள் கவனம், எதிர்மறையான செயல்முறையின் பக்கம் திருப்பி விடப்படும், தவறாகப் பிரயோகிக்கப்படும், தவறாகப் பயன்படுத்தப்படும். நீங்கள் உங்களது சக்தியை எதிர் மறையான செயலில் வீணாக்கக்கூடாது. எண்ணங்களைப் பற்றிச் சிந்திக்காதீர்கள். மனதைப்பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். இவற்றைப் புறக்கணித்துவிட்டு இறைவன் திருவடியை கெட்டியாகப் பிடித்துக் கொள்ளுங்கள். மனம் தெய்வீக எண்ணத்திலிருந்து கீழிறங்கினால் ''ஓம் ஓம் ஓம்...'' என்ற ஜபம் செய்யுங்கள். எல்லையற்ற நிலையான, முடிவற்ற, எல்லாவற்றையும் கடந்து தனித்து நிற்கின்ற பரம்பொருள் நம் மனதில் இருக்கிறான் என்ற எண்ணத்துடன் இவ்வாறு ஜபம் செய்யுங்கள். அல்லது உங்கள் இஷ்ட தெய்வத்தின் திருநாமத்தைச் சொல்லி ஜபம் செய்யுங்கள். இவ்வாறு உலகியல் எண்ணங்களை உதறித் தள்ளுங்கள். இறைவனைப்பற்றி மட்டுமே எண்ணுங்கள். மீண்டும் மீண்டும் இறைவனின் திருநாமத்தைச் சொல்லுங்கள். இறைவனுடன் பேசத் துவங்குங்கள். ''எனது

இறைவா! அனைத்தும் நீயே எனது இதயம் மற்றும் ஜீவனின் அன்பை முழுமையாக உனது திருவடிகளில் சமர்ப்பிக்கின்றேன்'' என்று பிரார்த்தனை செய்யுங்கள்.

இதன் நோக்கம், நீங்கள் கடவுள் சிந்தனையில் கலந்து விடவேண்டும் என்பதுதான். நீங்கள் அழகில், பிரகாசத்தில், ஒளியில், தெய்வீக நோக்கில் மூழ்கிவிடவேண்டும். மற்ற அனைத்தையும் மறந்துவிடவேண்டும். இறைவனின் திருவடிகளில் அமர்ந்திருக்கிறோம், அவனுடன் இருக்கிறோம் என்ற உணர்வினைப் பெற முயற்சிக்க வேண்டும். நீங்கள் இவ்வாறு செய்கிற ஒவ்வொரு முறையும் உங்கள் உணர்வின் அடித்தளத்தில் ஒரு மாற்றத்திற்குரிய செயல் நிகழ்ந்து வருகிறது. ஆன்ம ஒளி மென்மேலும் உங்கள் ஜீவனில் கலக்கிறது. கடவுளுடன் ஒன்றிவிட்டதாக நீங்கள் கருதுகிற வேளையில் கடவுள் சாம்ராஜ்யத்தில் நீங்கள் இருப்பது போன்ற மாற்றம் உங்களிடத்தில் ஏற்படுகிறது. அந்தக் கணத்தில் உங்களது ஜீவன் கடவுள் தன்மை கொண்டதாக மாறுகிறது. தியானத்திலிருந்து நீங்கள் வருகிறபோது, நீங்கள் தியானத்தின் போது தோற்றுவித்த தெய்வீக இயல்பு நீடித்திருக்கிறது. இவ்வாறு நீங்கள் மீண்டும் மீண்டும் தினசரி செய்தால், இடைவிடாது செய்தால் இந்த தெய்வீக இயல்பு உங்கள் உணர்வுடன் கலந்துவிடுகிறது. நீங்கள் எப்போதும் இறைவனுடன் இரண்டறக் கலந்திருப்பதாக உணருகிறீர்கள். "நான் இந்த உடல் அல்ல. நான் இந்த மனம் அல்ல. நான் இந்தப் புலன்கள் அல்ல. புத்தியும் அல்ல. நான் நிலையான தெய்வீக சூரியனின் ஒரு பகுதி. அவரது உருவத்தில் ஆக்கப்பட்டவன், அவருடன் ஒன்றாய் இருப்பவன்; உள்ளுக்குள் பிரகாசிக்கும் மகத்தான ஒளியின் பிரகாசமான ஒரு கதிர் ஒளி. மனமானது எந்தக் கருத்தின் உருவில் மதிப்புடன், அன்புடன், கவனத்துடன், கருத்தொருமையுடன் உறைந்திருக்கிறதோ அந்த உருவை ஏற்றுக் கொள்ளுகிறது.

மனதை அற்புதமாக ஒருநிலைப்படுத்தவும், ஆழ்ந்த தியானத்தில் நீங்கள் வெற்றி பெறவும் உங்கள் அனைவருக்கும் அருள் புரியுமாறு ஆண்டவனைப் பிரார்த்திக்கின்றேன்.

4. உண்மைத் துறவு

ஆண்டவனின் அருட்செல்வர்களே! நிலையான தெய்வீக ஒளியின் பிரகாசமான கதிர்களே! உங்கள் அனைவருக்கும் வணக்கம். குருநாதர் சிவானந்தரிடத்திலிருந்தும் இமயத்தின் புனிதத் திருத்தலமாகவும் புனித கங்கை நதி பாயும் இடமாகவும் உபநிஷத் மற்றும் வேதத்திற்குரிய இடமாகவும் உள்ள பண்பாட்டுக் களஞ்சியத்திலிருந்தும் அடியேன் கொணர்ந்துள்ள சிறு செய்தியை தங்களுக்குத் தரும் நோக்குடன் மீண்டும் மகிழ்ச்சியுடன் உங்களிடையே பேசுகிறேன்.

இந்தியத் தாய்த் திருநாடு எக்காலத்தும் எப்பொழுதும் உலகின் அனைத்துப் பகுதியிலும் வாழும் அனைத்து மக்களுக்கும் ஆன்மீக ஒளியை வழங்குவதில் மிகச் சிறப்புடன் முன்னணியில் இருந்து வந்திருக்கிறது. ஆன்ம உணர்வு, தெய்வீக உணர்வு என்னும் மகத்தான நோக்கத்தை அது உயர்வாகப் பறைசாற்றி வந்துள்ளது. இறைவனை அடைவது என்பது இந்தியர்களின் பெரும் வேட்கையாக எப்போதும் இருந்து வந்திருக்கிறது. புறத்தே, கண்ணுக்குப் புலப்படுகிற பிரபஞ்சத்தில் உள்ள பொருள்கள் அனைத்துக்கும் அப்பாற்பட்ட நிலையில், தெய்வீக உணர்வுடன் மோக்ஷம் அல்லது விடுதலை என்னும் உயரிய நிலையை அடைந்திருக்கின்றனர்.

துறவுநிலையைச் சரியாகப் புரிந்துகொண்டு மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இந்திய மகான்களது உபதேசங்களின் முக்கியக் கருத்தாக விளங்குவது துறவுநிலை ஆகும். துறவு நிலை,

என்பது சோம்பேறித்தனமோ, தப்பித்துக் கொள்ளும் போக்கோ அல்லது பொறுப்பற்ற தன்மையோ அல்ல. தெய்வலோகத்திற்குச் செல்லும் பாதையில் சாதகனுக்கு மிகப்பெரும் பலமாக இருப்பது துறவு ஆகும். பரம் பொருளை நோக்கிச் செல்லும் கஷ்டமான பயணத்தில் சாதகனுக்கு ஊக்கந்தருவது துறவு நிலையால் ஏற்படுகிற பலம்தான்.

புலன்வழி இன்பங்களைத் துறத்தல், நிலையான மகிழ்ச்சிக்கு வழிவகுக்கிறது. யோக சாதனை புரிகிற மாணவர்களுக்கு, ஆன்மீகப் பாதையில் நடந்துசெல்கிற சாதகர்களுக்கு துறவுநிலை மிக முக்கியமானதாகச் சொல் லப்பட்டிருக்கிறது. துறவுநிலைதான் உங்களை அச்சமற்ற வராகவும் மகிழ்ச்சி உடையவராகவும் ஆக்குகிறது. அதுவே அமைதியையும் இறுதியில் அமரத்துவ நிலையை யும் அளிக்கிறது. இந்த பிரபஞ்சத்தின் உண்மைத் தன்மையை அறிந்து, எல்லாப் பொருள்களும், எல்லாப் பெயர்களும், வடிவங்களும், முழுமையாகக் குறைகள் உடையவை, கடந்து செல்லக்கூடியவை, மாற்றம் பெறக் கூடியவை, அழியக்கூடியவை என்பதை நாம் சிந்தித்து விவேகத்தின் மூலம், சரியாகப் புரிந்துகொள்ளுவதன் மூலம் இந்த உலகின் மீது நாம் வெறுப்புக் கொள்ளவேண் டும். இவ்வாறு, புலன்வழிப்பட்ட வாழ்க்கையின் குறை களைப் பார்க்கின்ற ஒருவன், உண்மையான துறவுநிலையை மேற்கொள்ளுகிருன்.

உலகத்தை வெறுப்பது என்ருல், உலகாயதத் தன்மையை வெறுப்பது என்று பொருள். பொருள்கள் மீது நாம் வெறுப்புக்கொள்ளக்கூடாது. பொருள்களைப் பெறுவதற்கு நம் உள்ளத்தில் எழுகின்ற ஆசையை வெறுக்க வேண்டும். பகுத்தறிவு நமது விவேகத்தை பலப்படுத்த வேண்டும். தர்க்கம் நமது துறவுக்குப் பின் பலமாக இருக்கவேண்டும். துறவு என்பது நீடித்திருக்கும் நிலை, நன்கு ஆராய்ந்து சிறந்ததாக ஏற்றுக்கொண்டிருக்

கும் நிலை. அது திடீரென்று ஏற்படும் உற்சாகத்தின் விளைவு அல்ல. சிலருக்கு மனைவியை இழக்கும்போது, பதவியை இழக்கும்போது, நண்பனை, மகனை, சொத்தை இழக்கும்போது திடீரென்று துறவு மேற்கொள்ளும் எண்ணம் ஏற்படுகிறது. இது உதவாது. ஏனெனில் இந்த எண்ணம் அந்த நேரத்தில் திடீரென்று தோன்றியது. இது, சிந்தனை, விவேகம், தொடர்ச்சியான தியானம் இவற்றின் விளைவாகத் தோன்றிய நிலைத்திருக்கும் துறவு நிலை அல்ல.

பகுத்தறிவு, ஆத்மசிந்தனை, விவேகம் இவையில்லாமல் துறவுநிலையின் அவசியம் குறித்து ஒரு நம்பிக்கை ஏற்பட முடியாது. மனிதனின் நிலையை ஒரு கணம் சிந்தித்துப் பாருங்கள். ஒரு குழந்தை தாயின் கருவில் வளரும்போது அதனைச் சுற்றி சிறுநீர், சீழ், அழுக்கு அனைத்தும் படிந்திருக்கிறது. பசி அதனை வாட்டுகிறது. இளைஞனாக வளர்ந்திருக்கும் ஒருவன், புலன் வழிப் பொருள்களில் மகிழ்ந்து அதனை அனுபவிக்கிறான். வயதான கிழவன் உடல்மெலிந்து, மனவலிமைகுன்றி, உறவினர் உட்பட அனைவராலும் இகழப்படுகிறான். அத்தகைய மனிதருடன் யாரும் எந்தவிதமான உறவும் வைத்துக்கொள்ளுவதில்லை.

பயனற்ற உலகியல் வாழ்க்கை

சிற்றின்பம், பணம், புலன்வழிப் பொருள்கள் இவற்றுக்கு மத்தியில் அமைந்துள்ள ஒரு மாயையான வாழ்க்கை சாதாரண மனிதனுக்கு ஏற்படும் பரிதாபகரமான நிலையாகும். வாழ்க்கை அநித்யமானது. படமெடுத்து ஆடி எந்த நேரத்திலும் உங்களைக் கொத்திவிடக்கூடிய கொடிய பாம்புபோல மரணம் அமைதியாக உங்களை அச்சுறுத்திக் கொண்டு இருக்கிறது. மிகக் கொடிய நோய்கள் உடலை வாட்டுகின்றன. உடலிலிருந்து இளமை அகன்று விடுகிறது. முதுமை உடலைப் பற்றிக்கொள்ளுகிறது. துறவு,

விவேகம், ஆத்ம சிந்தனை இவற்றின் மூலம் வாழ்க்கையின் பெரும் பயனை அடைவதன் மூலம் இந்த அரிய வாழ்க்கையைப் பயன்படுத்துவதில் தீவிரம் காட்டுகிற ஒருவன் தான் காப்பாற்றப்படுகிறான். பரம்பொருளின் மகத்தான சக்தியாகிய மாயை மிகப்பெரும் திறமைசாலி. அவள் ஒரு எலும்புக் கூட்டைத் தயார் செய்து அதன்மேல் தசைகளைப் போர்த்தி, அதில் உள்ள பல்வேறு அசுத்தமான பொருள்களை மறைக்க அவற்றின்மேல் பளபளக்கும் தோலை வேய்ந்திருக்கிறாள். உடனடியாக, மனிதன் மாயை தயார் செய்த இந்த பொம்மையை உண்மை என்று நம்பி ஏமாறுகிறான். இந்த உடலை, நீங்கள் என்று எத்தனை நாட்களுக்கு எண்ணிக்கொண்டிருக்கப் போகிறீர்கள்? ஏமாற்றம் அடையாத நிலையினை வளர்த்துக்கொள். உங்களது உண்மை இயல்பான சச்சிதானந்த (நிலைபேறு – விழிப்புணர்வு – ஆனந்தம்) நிலையுடன் உங்களை ஐக்கியப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

"எனது மகன் டைபாய்டு நோயினால் அவதிப்படுகிறான். எனது இரண்டாவது மகளுக்குத் திருமணம் நடைபெற உள்ளது. எனது மனைவி புத்தாடை வாங்குமாறு என்னைத் தொல்லைப் படுத்துகிறாள். எனது கணவர் மது அருந்துகிறார். எனது கணவர் சூதாடுகிறார். எனது மருமகன் சமீபத்தில் இறந்துவிட்டார் என்று சொல்லிக் கொண்டே இருக்கிறீர்களே, உங்களுக்கு அலுப்புத்தட்டவில்லையா? உண்மையில் இத்தகைய துன்பங்கள் உங்கள் கண்களைத் திறக்கவேண்டும். வாழ்க்கையின் உயரிய குறிக்கோளை அடைவதற்கு உங்களை உந்தித்தள்ள வேண்டும். மனித அன்பு போலியானது. அது மிருகத்தனமான கவர்ச்சியின்பாற் பட்டது. அது வெறும் ஆசை. அது வெறும் சரீர சம்பந்தமான அன்பு. அது முற்றிலும் சுயநலம் மிக்க அன்பு. ஒரு நபர், மற்றொரு நபர் தனக்கு இன்பம் தரக்கூடியவர் என்ற காரணத்தினால் அவரிடம் அன்பு செலுத்துகிறார். அடிப்படையில் இது சுயநலம் மிக்கது. மேலும், இது எப்போதும் மாறக்கூடியது. ஒரு

மனிதர் இன்னொருவரை நேசிப்பது, மாறுந் தன்மையுடன் புறத்தேயுள்ள பல்வேறு அம்சங்களைப் பொறுத்து உள்ளது. அவை மாறும்போது மனிதனின் உணர்ச்சிப் போக்கும் மாற்றம் பெறுகிறது. பெரும்பாலும் இது வெறும் நாடகமாகவே இருக்கிறது. அன்பிற்குரிய நண்பரே! நிலையான உண்மை அன்பை கடவுளிடத்திலும் துறவிகளிடத்திலும்தான் நீங்கள் காண முடியும். அன்பு செலுத்துவது எப்படி என்று ஆண்டவனுக்கே தெரியும். அவரது அன்பு மாறாதது; குறையாதது.

அன்புக்குரிய நண்பரே! இந்த உலகில் தோன்றி மறையும் பொருள்களுக்கு அடிமையாக எவ்வளவு காலம் இருக்கப் போகிறீர்கள், சொல்லுங்கள்! ஒரே மாதிரியான, மாறாத இந்தப் புலன்வழி இன்பங்களை நாளுக்கு நாள், காலை, பிற்பகல், மாலை, இரவு என்று அனுபவித்து வரும் இந்தச் சுழற்சியை இன்னும் எவ்வளவு நாட்களுக்கு திரும்பத் திரும்ப ஏற்படுத்திக் கொண்டிருக்கப் போகிறீர்கள்? எவ்வளவு நாட்களுக்கு இந்த உடம்பையும் புலன்வழி இன்பங்களையும் போற்றி வரப்போகிறீர்கள்? தோன்றி மறையக்கூடிய, கடந்துசெல்லக்கூடிய இந்தப் பொருள்கள்மீது நீ வைத்திருக்கிற பற்றையும் பந்தத்தையும் துண்டித்துக்கொள்ள உங்களுக்கு எப்போது நேரம் கிடைக்கும்? விருப்பம், ஏக்கம், ஆசை இவற்றை அகற்றித் துறந்து, இறைவனைத் தியானித்து, வாழ்க்கையில் நெறியான செயல்களையே செய்வதற்கு எப்போது நேரம் கண்டுபிடிக்கப் போகிறீர்கள்? எண்ணுங்கள்! தியானம் செய்யுங்கள். உண்மையில் இந்த உலகில் உண்மையிலேயே மகிழ்ச்சி அல்லது இன்பம் இருக்கிறதா? தினசரி சிந்தனை செய்க! தினசரி தியானம் செய்க! உலகியற்பொருள்களை ஆராய்ந்து பாருங்கள். அவற்றின் தன்மைகளையும் அவற்றிலிருந்து நீங்கள் பெறுகிற அனுபவங்களின் இயல்புகளையும் பற்றி உணர்ந்து கொள்ளவேண்டும். அவை எந்த அளவுக்கு முழுமையற்றவை என்பதையும், குறையுடையவை என்பதையும், எந்த அளவுக்கு அவற்றுடன்

இன்னல்களும், அமைதியின்மையும், ஆசை, ஏக்கம் ஏமாற்றம் ஆகியவையும் கலந்திருக்கின்றன என்பதையும், புலன்வழி இன்பங்களை அனுபவிக்க எந்த அளவுக்கு தவருன எண்ணங்களும், செயல்களும் அவசியமாக இருக்கின்றன என்பதையும் நீங்கள் கண்டுகொள்ளுங்கள். நாய் எலும்புத் துண்டுக்காகத் தெருவில் அலைந்து திரிவதுபோல மனிதன் ஏன் அங்குமிங்கும் அலைகிருன். இந்த உலகில் அழியக்கூடிய ஒரு பொருளிலிருந்து மிக மட்டரகமான இன்பத்தைப் பெறுவதற்காக ஏன் அவன் இப்படி அலைகிருன் ? இந்தப் பொருள்கள் மீதான உங்கள் உறவைத் துண்டித்துக் கொள்ளுங்கள். ஆத்ம சோதனை யில் ஈடுபடுங்கள். இறைவனை நாடிப் பார்வையை உள் நோக்கித் திருப்புங்கள். அமைதியும் அமரத்துவ நிலையும் உடைய உன்னத இருப்பிடத்தை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

எவரும் தாமதம் செய்யக்கூடாது. துறவு மேற்கொள்ள வேண்டும். துறவின் பெருமையைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். மனித குலத்தின் துன்பங்களையும் புலன்வழி இன்பங்களின் பயனற்ற தன்மையையும் ஒவ்வொருவரும் அறிந்துகொள்ள வேண்டும். தெய்வீக உறவு என்னும் அற்புதப் பெருமையினையும் அதனை அடைவதற்கு துறவுநிலை பெரிதும் அவசியமாக இருக்கிறது என்பதையும் ஒவ்வொருவரும் உணர்ந்துகொள்ள வேண்டும்.

உலகாயத இன்பங்களில் உழன்று கொண்டிருக்கும் பைத்தியக்கார கூட்டத்தை விட்டுத் திரும்பிச் செல். இறைவனிடத்தில் அசையாத நம்பிக்கை கொள். தூய எண்ணம், உயரிய கொள்கைகள், உன்னத ஞானம் ஆகியவை அடங்கிய வாழ்க்கையை வாழ முற்படுங்கள். பிரபஞ்சம் முழுமைக்குமான அன்பு, உண்மை, தூய்மை ஆகியவற்றை உங்கள் வாழ்வுக்கு வழி காட்டும் நட்சத்திரங்களாகக் கருதி ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். பொய்மை,

கடுமை, தூய்மையின்மை ஆகியவற்றைத் துறந்து விடுங்கள். இந்த வழியிலிருந்து விலகிச் செல்ல மறுத்து விடுங்கள். திரும்பிப் பார்க்க மறுத்து விடுங்கள். காலப் போக்கில் நீங்கள் நிச்சயமாக இறை அனுபவம் பெறுவீர்கள்.

சாதனைப் பயிற்சிகள் மூலம் இந்தத் துறவுக்கு ஆயத்தம் செய்யுங்கள். இவையனைத்தும் மனதை வெல்லுவதற்கும் கட்டுப்படுத்துவதற்கும், அதன் மூலம் உங்களைத் துறவு நிலையில் வைப்பதற்குமே ஆகும். அலைபாயும் மனதை அடக்க வேண்டும். பிரபஞ்ச ஒளி மற்றும் அன்பு என்னும் இறுதிக் குறிக்கோளுக்கு இசைவான முறையில் இதயத்தைப் பக்குவப்படுத்தவேண்டும். சுவாமி சிவானந்தா இருபது குறிப்புகளைத் தந்திருக்கிறார்கள். இவற்றில் உங்களுக்கு இயன்றவற்றை பணிவுடனும் நம்பிக்கையுடனும் தினசரி வாழ்வில் கடைபிடியுங்கள். நீங்கள் இதில் எவ்வளவு அதிகமாக வெற்றி காணுகிறீர்களோ அவ்வளவு அதிகமாக உங்களுக்கு மனோபலமும் அமைதியும் கிடைக்கிறது. இதன் விளைவாக உங்களது வாழ்க்கை சிறப்படைகிறது. படிப்படியாக நீங்கள் பலம் பெற்றுத் துறவு நிலையை எய்துகிறீர்கள்.

நம்முள்ளே உன்னதமான பரம்பொருளைக் காண்பதற்குத் தடையாக மூன்று விஷயங்கள் இருக்கின்றன. முதலாவது, உங்கள் இயல்பிலே புறத்தூய்மை இல்லாதிருப்பது; அதாவது ஆசைகள், காமம், ஏக்கம், விருப்பம், வெறுப்பு ஆகியவை உங்களது இயல்பிலே கலந்திருப்பது. அடுத்தது, கட்டுப்படுத்த முடியாத அளவில் மனம் அமைதியற்றிருப்பது. அலைபாயாத மனம் கவலைப்படாது. மனத்தின் அலைபாயும் இயல்புதான் சொல்லொணாக் கவலையையும், அமைதியின்மையையும் தோற்றுவிக்கிறது. இந்த அமைதியின்மை விருப்பங்களாலும், ஏக்கத்தாலும் ஏற்படுகிறது. கடந்த காலத்தில் செய்த செயல்கள், அனுபவித்த இன்பங்கள் பற்றிய தூய்மையிலா நினைவு

மனத்தில் பதிந்திருப்பது அமைதியின்மைக்கும் கவலைக்கும் காரணம். தடையாக உள்ள மூன்றுவது அம்சம் இதுதான். உணர்ச்சிவசப்படுவதும், கோபப்படுவதும் ஆசையின் காரணமாக நிகழ்பவை. நீங்கள் கோபப் படுகிறபோது, உணர்ச்சிவசப்படுகிறபோது, அமைதியற்றிருக்கும்போது விவேகத்துடன் நடந்துகொள்ள இயலுவதில்லை.

சமய சம்பந்தமான புத்தகங்களைப் படித்தல், தன்னலமின்மை எனும் பண்பை வளர்த்துக் கொள்ளுதல், தீவிரத் தொண்டுணர்வை வளர்த்துக் கொள்ளுதல், தர்மம் செய்தல், பிரார்த்தனை மற்றும் வழிபாட்டின் மூலம் தெய்வ பக்தி கொள்ளுதல், பல்வேறு மந்திரங்களையும் இறைவனின் திருநாமங்களையும் திரும்பத் திரும்பச் சொல்லுவதன் மூலம் எப்போதும் கடவுளை நினைவில் வைத்திருத்தல் ஆகிய பண்புகள் மூலம் ஒரு மனிதனின் உடல் மற்றும் மனத்தில் உள்ள அழுக்கைப் போக்க வேண்டும். உங்களது புற வாழ்வில் ஏற்படும் இக்குறைகளைப் போக்குவதற்குரிய சக்திமிக்க சாதனம் தெய்வ நாமம். தெய்வீக வாழ்க்கையை நடத்துங்கள். அப்போதுதான், அப்போதுமட்டுமே நீங்கள் உங்களது உடல் மற்றும் மன இயல்பின் குறைகளைப் போக்கி ஆசையற்ற துறவு நிலையினை அடைய முடியும்.

வாழ்க்கையின் புதிர்

இந்தப் பிரபஞ்சம் மற்றும் உங்களது வாழ்வின் புதிரைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். விவேகத்தை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். உங்களைப் போன்ற சாதகர்களுடன் பழகுங்கள், உங்கள் இயல்புக்கு ஒத்த நண்பர்களுடன் அடிக்கடி சந்தித்துப் பேசுங்கள். ஆன்மீக வாழ்வில் நாட்டம் கொண்டிருப்பவர்களை நாடிச் சென்று பழகுங்கள். இதுவும் உங்களது விவேகத்தை வேகமாக வளர்த்து, நீங்கள் துறவு நிலை மேற்கொள்ளுவதற்கான உணர்ச்சி

யினை உங்களிடத்திலே ஏற்படுத்தும். மகத்தான பரம் பொருளின் தன்மைபற்றி எண்ணிப்பாருங்கள். கீதை, உபநிஷத் போன்ற நூல்களைப் படியுங்கள். வாழ்வின் கணக்கற்ற கஷ்டங்களை அப்போது நீங்கள் முழுமையாகப் புரிந்துகொள்ளுவீர்கள். இந்த உலகில் அணு அளவுக்குக் கூட ஆனந்தம் இல்லை. அந்த ஆனந்த நிலையினை உங்களுக்குள்ளிருந்தே அடைய முயற்சி செய்யுங்கள்.

இந்த உலகில் மக்கள் இன்பங்களை நாடி ஓடுகிறார்கள். பெருஞ்செல்வம் பெறுவது மதிப்புமிக்கது அல்லவா? ஸ்விட்ஸர்லாந்தில் அழகான தோட்டத்துடனான ஒரு அழகிய கோடை வாசஸ்தலத்தில் வாழ்வது ஆனந்தமாக இருக்குமே! அழகானவர்களுடன் பழகி உரையாடுவது விரும்பத்தக்கதும் மகிழ்ச்சி தரக்கூடியதுமாக இருக்காதா? இந்த விருப்பம் அழகு, பழக்கம், செல்வம், அற்புதமான ஆரோக்கிய ஸ்தலம், நவநாகரிக வசதிகள், மிகப் பெரும் மகிழ்ச்சி, உல்லாசச் சங்கம் இவை அத்தனையும் இருக்கின்ற போதிலும் புத்திசாலிகளான சில இளைஞர்கள், எதிர்காலத்துக்கு நல்ல வாய்ப்புக்கள் உள்ள, பெரும் பதவிகள் கிடைக்கும் தகுதியுள்ள இளைஞர்கள் உலகம் விரும்புகின்ற இவையனைத்தையும் உதறித்தள்ளிவிட்டு ஒரு தனி இடத்தில் அமர்ந்திருப்பதை, அமைதியான, துறவுமயமான, ஆசையற்ற, உள்முக தியானம் நிரம்பிய வாழ்வை ஏற்கிறார்கள். ஏன்? இவற்றை தூசுக்குச் சமமாக மதித்து அவர்கள் புறக்கணித்து தனிமையில் அமர்ந்து இறைவனை எண்ணித் தியானித்திருப்பதற்குக் காரணம் என்ன? இந்தப் பொருட்களில் உண்மையான இன்பம் இருக்குமானால், இந்த புத்திசாலித்தனமான, பகுத்தறிவுள்ள இளைஞர்கள் முட்டாள்தனமாகச் செயல்படமாட்டார்கள். ஆகவே, இவர்களது செயலுக்குக் காரணமாக இருப்பது எது என ஆராய்ந்து பார்க்க முயற்சி செய்யுங்கள். அவர்கள் இந்த முடிவுக்கு வருவதற்குக் காரணமாக இருந்தது எது என எண்ணிப் பாருங்கள். அவர்கள் இப்படி ஒரு நடவடிக்கையை, இப்படி ஒரு

வாழ்க்கையை மேற்கொள்ளுவதற்குக் காரணமாக எது இருந்தது என எண்ணிப்பாருங்கள்.

இப்பொழுதும்கூட, இந்தியாவின் ஆயிரக்கணக்கான இளம் பட்டதாரிகளும், இளம் டாக்டர்களும், வழக்கறிஞர்களும் ரிஷிகேசத்திற்கு வந்து துறவு மேற்கொள்ள விரும்புகிறார்கள். பிறகு அவர்கள் இமயத்தின் உயரமான பகுதிக்குச் சென்று அமைதியான இடத்தில் தனியாக அமர்ந்து ஆழ்ந்த தியானம் மற்றும் பிராணாயாமப் பயிற்சிகளில் ஈடுபடுகின்றனர். ஏன்? இந்த இளைஞர்கள், புத்திசாலிகள், நன்கு படித்தவர்கள், பகுத்தறிவுள்ளவர்கள். தியானம், நற்சிந்தனை, விவேகம் இவற்றின் மூலம் எதனைத் தமது இதயத்தில் கண்டார்கள் என்பது குறித்து நீங்கள் சிந்தித்து அறிந்துகொள்ளவேண்டும். இறைவனை தமது வாழ்வின் மையப் பொருளாகக் கொள்ளவும், வாழ்வின் இரண்டாந்தரமான, முக்கியத்துவமற்ற பொருள்கள் என்று அவர்கள் கருதுகிறவற்றை ஒதுக்கித்தள்ளவும் இயலுகிற அளவில் அவர்களுக்கு சக்தி ஏற்படுகிறது.

இந்த உலகியல் நடவடிக்கைகளின் இரைச்சல், அமைதியற்ற குழப்பங்களுக்கு மத்தியிலும் சில நேரங்களில் அது எவ்வளவு குறுகியதாக இருந்தாலும்-ஒவ்வொருவருக்கும் சாந்தமும் அமைதியும் ஏற்படுகிறது. அந்த நேரத்தில் மனம் உலகின் மட்டமான விஷயங்களை விடுத்து வாழ்வின் உயரிய பிரச்னைகள் குறித்து எண்ணுகிறது. இந்த வாழ்க்கையை ஏன் வாழ்கிறோம், எதற்காக வாழ்கிறோம் என்ற எண்ணம் – பிரபஞ்சத்தின் புதிர் அப்போது தோன்றுகிறது. ‘நான் யார்?’ என்று நீங்கள் எண்ணத் துவங்குகிறீர்கள். சிரத்தையுள்ள சாதகன் இதனைப்பற்றித் தீவிரமாகச் சிந்திக்கிறான். உண்மையைத் தேடிக்கண்டுபிடிக்கிறான். அவனுக்கு விவேகம் உதயமாகிறது. அவன் துறவு நிலையை, பற்றற்ற நிலையை மேற்கொள்ளுகிறான். உயரிய ஆன்ம ஞானத்தை அடைவதற்காக மனதை ஒருநிலைப்படுத்துகிறான், தியானம் செய்கிறான், மனதை

யும் உடலையும் தூய்மைப்படுத்திக் கொள்ளுகிறான். இவ்வாறு அவன் நிலையாக சுதந்திரமான மனிதனாக ஆகிறான். ஆனால் உலகாயத உணர்வுகளுடனும் எண்ணங்களுடனும் இருக்கிற மனிதன் இந்த அமைதியான நிலை தோன்றுகிற போது கவனமாக இருப்பதில்லை. அதனைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுவதில்லை. கவர்ச்சி – கசப்புணர்வு, விருப்பம் – விருப்பமின்மை, அன்பு - வெறுப்பு என்பனவற்றில் தவிர்க்க முடியாத அளவில் சிக்கித் தவிக்கிறான். பரிதாபகரமாக அலைக்கழிக்கப்படுகிறான். சந்தடிமிக்க உலகியல் சமுத்திரத்தில் மிகவும் அல்லற்படுகிறான்.

புலன்வழி வாழ்க்கை எந்த அளவுக்கு நிச்சயமற்றதாக இருக்கிறது பார்த்தீர்களா? புலன்வழி இன்பங்களின் நிரந்தரமற்ற தன்மையையும், துன்பங்கள், கவலைகள், இன்னல்கள், பெருந்துன்பம், வியாகூலம், நோய், அகால மரணம் — இப்படியாக வரும் தவிர்க்க முடியாத தீமைகளையும் பற்றி நீங்கள் தொடர்ந்து சிந்தித்துப் பார்த்தால், படிப்படியாக உங்களிடத்தில் துறவு மனப்பான்மையை வளர்த்துக்கொள்ளுவீர்கள்.

புலன்வழி இன்பங்கள்
ஆன்மீகப் பேரானந்தத்துக்கு எதிரானவை

இருளும் ஒளியும் ஒரே இடத்தில் இருக்கமுடியாது. அதுபோல, தொடர்ந்து இருக்கும் புலன்வழி இன்பங்களுக்களுக்குப் பக்கத்தில் ஆன்மீகப் பேரானந்தம் இருக்க முடியாது. ஒன்று வரவேண்டும் என்றால் மற்றது போய் விடவேண்டும். ஆகவே உலகியல் பொருள்களைக் கடுமையாக வெறுத்து ஒதுக்குங்கள். உள்ளிருந்து ஆசைகள் அனைத்தையும் அகற்றிவிடுங்கள். மனதை புலன்வழிப் பொருள்களிலிருந்து திசை திருப்பிவிடுங்கள். ஏக்கத்தை விட்டொழியுங்கள். ஏமாற்றத்துக்குரிய பந்தத்தை விட்டு விடுங்கள். இப்படிச் செய்தால் உங்களிடத்தில் துறவு மனப்பான்மை தோன்றும். நீங்கள்தான் உங்களது

வாழ்க்கையைச் சிக்கலும் குழப்பமும் நிறைந்ததாய் ஆக்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்களது தேவைகளையும் விருப்பங்களையும் பெருக்கிக்கொண்டு நீங்களே உங்களை இந்த சம்சார சமுத்திரத்தில் சிக்கவைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். வாழ்க்கையை ஆடம்பரமும் சிக்கலும் நிறைந்ததாக ஆக்கி உங்களது தேவைகளையும் விருப்பங்களையும் பெருக்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஒவ்வொரு நாளும் புதிது புதிதாகத் தேவைகளை வளர்த்துக் கொண்டு பந்தம் என்னும் சங்கிலியில் புதிதுபுதிதாக வளையங்களை இணைத்துக் கொண்டு செல்லுகிறீர்கள். எளிமை அகற்றப்பட்டு விட்டது. ஆடம்பரமான பழக்க வழக்கங்களும் செயல் முறைகளும் கடைபிடிக்கப்பட்டுள்ளன. மனித சமுதாயத்தில் எல்லாவிதமான பிரச்னைகளும் இருக்கிறது. இதில் ஆச்சரியம் எதுவும் இல்லை. எங்கும் வேலையில்லாத் திண்டாட்டம், எங்கும் பற்ருக்குறை, எங்கும் அதிருப்தி, எங்கும் தேவைகள் நிரம்பியுள்ளன. தொழிலில் தேக்க நிலை ஏற்பட்டு எங்கு பார்த்தாலும் தொழிலில் அமைதியின்மை நிலவுகிறது. மனிதன், தனது தவறுகள் காரணமாகவே இவற்றைத் தோற்றுவித்திருக்கிருன்.

அடக்க முடியாத ஆசைகளின் காரணமாக, மனிதர்கள் அதிருப்தி அடைந்திருக்கின்றனர். அவர்கள் ஆசைக்கு முடிவே இல்லை ஒரு தேசம் மற்ற தேசங்கள் மீது அதிருப்தி கொள்ளுகிறது. சில தேசங்கள் போருக்கு ஆயத்தமாகின்றன. பெருகி வரும் ஆசைகள் காரணமாகவும், துறவு என்னும் செய்திக்குச் செவி சாய்க்காத தன்மையாலும், வாழ்க்கையில் எளிமை, அளவுக்கு மீறிய ஆசைகளை அகற்றுதல் ஆகியவற்றை உணர்த்தும் செய்தி அலட்சியப்படுத்தப்பட்டது. மென்மேலும் குழப்பங்களும், திகைப்பும் நிறைந்த பாதையிலேயே மனிதன் போய்க் கொண்டிருக்கிருன். வாழ்க்கை என்பது எங்கும் புயல் போன்றதாகவும், அமைதியற்றதாகவும் ஆகியுள்ளது. அடித்தளத்தில் குறுக்கும் நெடுக்கமாக நீரோட்டங்கள் இருக்கின்றன. இந்தத் தொல்லைகளிலிருந்தும் துன்பங்

களிலிருந்தும் விடுதலைபெற வழியே இல்லையா? இருக்கிறது; உன்னதமான ஒரு வழி உள்ளது. அது தீவிரமான பற்றற்ற தன்மையை வளர்த்துக் கொள்ளுவது ஆகும். அது பற்றற்ற வாழ்க்கை, எளிய வாழ்க்கை, புலனடக்கம் மிக்க வாழ்க்கை, தூய வாழ்க்கை, தன்னலமற்ற தொண்டுணர்வுமிக்க வாழ்க்கை, சுயநலப் போக்கைச் சுட்டெரித்த வாழ்க்கை, பிரபஞ்சம் முழுவதன் மீதும் அன்பு செலுத்துகிற உன்னத வாழ்க்கை.

சரியான நோக்கு, சரியாக சிந்தித்தல், சரியாக உணருதல், சரியாகச் செயல்படுதல் என்ற பழக்கத்தைத் வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். அப்போதுதான் உங்களுக்கு முழு அமைதியும், மகிழ்ச்சியும் கிடைக்கும். அது வேறு எங்கோ தொலைவில் இல்லை. இங்கேயே நம் கவனத்தை திசை திருப்புகிற செயல்களுக்கு மத்தியில், அமைதியற்ற, குழப்பமான புறச் செயல்களுக்கு மத்தியிலேயே இதனைப் பெற முடியும். நீங்கள் பற்றற்ற நிலையில் இருந்தால், பரிபூரண அமைதி, சாந்தம் இவற்றின் வடிவிலும், இத்தகைய பற்றற்ற நிலை, அமைதி இவற்றின் மூலம் ஏற்படக் கூடிய பேரானந்தத்தின் வடிவிலும் இந்தப் பற்றற்ற நிலையின் பயனை அனுபவிப்பீர்கள்.

துறவின் இன்றியமையாத நிலை

இந்த நிலையில், முக்கியமான விஷயமாகிய துறவுக்கு நேரடியாகச் சம்பந்தப்பட்டிருக்கிற ஓரிரு நவீன காலப் போக்குகள் குறித்து ஆய்வு செய்வோம். துறவு உண்மையிலேயே அவசியமானதா? இந்த நவநாகரிக நாளில் பலர் துறவுநிலையைத் தவிர்க்க விரும்புகிறார்கள். துறவு தேவையற்றது என்று கூறுகிறார்கள். அது பயனற்றது என்றும்கூடக் கூறுகிறார்கள். தமக்கேயுரிய பல்வேறு வாதங்களை இவ்வாறு அவர்கள் எடுத்துரைக்கின்றனர். உண்மையில் அவர்கள் இதற்கும் மேலாக ஒருபடி சென்று, துறவு மிகவும் ஆபத்தானது என்று சொல்லுகின்றனர்.

துறவு என்பது ஆன்மாவுக்கு அடிப்படையாக அமைந்திருக்கிறது என்பதனை நான் மிகத் தெளிவாகச் சுட்டிக் காட்டியிருக்கிறேன். இதயத்திலிருந்து ஆசைகளை அப்புறப்படுத்தினுல் தவிர உங்களால் இறைவனை அடைய இயலாது. உங்கள் இதயத்தை ஆசைகள் நிரப்பிக் கொண்டிருக்கிறபோது, நீங்கள் அமரத்துவ நிலையினை எப்படி அடைய முடியும்? உன்னதப் பரம்பொருளை அடைவதற்கு அவசியமான வேட்கை உங்களிடத்தில் எப்படி ஏற்பட முடியும்? உங்களிடத்தில் இந்த வேட்கை இல்லை என்ருல் பரம்பொருளை அடைவது என்பது பகற் கனவாக ஆகிவிடும்.

ஆன்மீக வாழ்வில் முன்னேற்றம் காண்பதற்குத் துறவு அவசியமாகும். எல்லா மதங்களும், உண்மையான மதத் தலைவர்களும் இது விஷயத்தில் ஒரே கருத்தை உடையவர்களாக இருக்கின்றனர். இறைவனை உணருவதற்கும் இறையன்பைப் பெறுவதற்கும் மனப்பூர்வமான துறவு மிகவும் அவசியமானது, கண்டிப்பாகத் தேவைப்படுவது என்ற கருத்தினை அவர்கள் அனைவரும் வேறுபாடின்றி ஒப்புக் கொள்ளுகிருர்கள். இது விஷயத்தில் அவர்கள் உறுதியாக இருக்கிருர்கள். இதனை வலியுறுத்திக் கூறுகிருர்கள். இப்பொழுதெல்லாம், பிரபலமான சில தலைவர்கள் துறவுக்கு எதிராகப் போர்க்கொடி உயர்த்துகிருர்கள். இதைச் சற்று ஆராய்ந்து பார்த்தால், இந்த தத்துவ மேதைகளின் தன்மை என்னவென்று ஆய்வு செய்தால், அவர்களிடத்தில் புலன்கள் சம்பந்தமான போலித்தனம் குடிகொண்டிருப்பதைக் காணலாம். அவர்கள் பெரியவர்களாக இருக்கலாம், மிகச்சிறந்த புத்திசாலிகளாக இருக்கலாம். அற்புத சக்தி படைத்தவர்களாக இருக்கலாம், மிகப் பெரிய இயக்கத்திறமை உடையவர்களாக இருக்கலாம், ஆனுல் உண்மையான பெருமை இவற்றில் இல்லை. அது வேறு எங்கோ இருக்கிறது. இந்தத் தனித்தன்மையான செயல்களோ, திறமைகளோ, உண்மையான சிறப்புக்கு உரியவை அல்ல. ஒருவர் மற்ற விஷயங்களில்

எவ்வளவோ உயர்ந்தவராக இருக்கலாம், ஆனால் மதம் சம்பந்தமான விஷயங்கள் குறித்து அவர்கள் எதுவும் அறியாதவராக இருக்கலாம். புத்திசாலித்தனம் மட்டும் சமய உணர்வை வளர்ப்பதில்லை. சமயம் என்பது அலட்சியம் செய்யப்பட முடியாதது, மனப்பூர்வமானது. அது இறைவனை உணர்ந்து கொள்ளுவதற்கான கடுமையான பயிற்சி, இடையறு முயற்சி, தணியாத வேட்கை. கடுமையான பயிற்சிக்கு துறவு அடிப்படையாக அமைகிறது தணியாத வேட்கைக்குத் துறவு தூண்டுகோலாக அமைகிறது. துறவு நிலையை குறைவு படுத்திப் பேசக் கூடிய சிலர் தம்மை குருநாதர்களாகவும், பிரசாரகர்களாகவும் உலகுக்கு அறிமுகப் படுத்திக் கொண்டிருக்கிறார்கள். ஏன்? ஒருவேளை அவர்கள் இன்னும் ஆசையின் பிடியில் அகப்பட்டுத் தவிக்கிறார்கள் போலும். உண்மையான ஆசான்கள் அனைவரும் — அவர்கள் கிழக்கு நாடுகளைச் சார்ந்தவராக இருந்தாலும் சரி, மேற்கு நாடுகளைச் சார்ந்தவராக இருந்தாலும் சரி, அவர்கள் எக்காலத்தவர்களாக இருந்தாலும் சரி — முற்காலத்தைச் சார்ந்தவர்களாக இருந்தாலும் சரி — முழுமையான மனப்பூர்வமான துறவு நிலையின் தேவையை அனைவருமே ஒப்புக் கொள்ளுகிறார்கள். அதன் புற வடிவம் பற்றியது வேறு விஷயம். ஆனால் மனத்தளவில் உண்மையான துறவு நிலையை மேற்கொள்ளுதல், உலகியல் பொருள்கள் மீதான ஆசைகளை முழுமையாகப் புறக்கணித்து விடுதல், அனைத்து விதமான ஏக்கங்கள் புலன் தூண்டியதன் மூலம் ஏற்படும் விருப்பங்கள் அனைத்தையும் எரித்துச் சாம்பலாக்கிவிடுவது மிகவும் அவசியமாகும் — துறவின் சாரமாக இருப்பது இதுதான். நிலையான பொருளைப் பற்றிய ஞானமும் நிலையற்ற பொருள்மீதான பற்றும் இணங்கிப் போகாது என்பதனை அனைத்து ஆசான்களும் ஒப்புக்கொள்ளுகின்றனர். தெய்வீக அன்புக்கு எதிரான பற்று தெய்வீக அன்புடன் ஒத்துப் போக முடியாது.

இவ்விரண்டும் ஒருநிலைப்பட்டதல்ல. எப்போதும் ஒன்றை விடுத்து மற்றொன்று தனித்தே நிற்கின்றது.

ஆண்டவனை அறிந்துகொண்டு அவனை அடைவதற்கு நாம் உலகியல் உணர்வுகளையும் உலகியல் பொருள்கள் மீதான ஆசைகளையும் அகற்ற வேண்டும். கடவுளைத் தவிர வேறு ஒரு பொருள்மீது அணு அளவு ஆசை கொண்டாலும் அவனை நாம் அடைய முடியாது. ஆகவேதான் ஏசுநாதர் தனது நெருங்கிய சீடர்களாக வரவேண்டுமென்று யாரையெல்லாம் எதிர்பார்த்தாரோ அவர்களுக்கு உபதேசித்த விஷயங்களை ஆணித்தரமாக வலியுறுத்தினார். எதையும் விட்டுக்கொடுக்கவில்லை. ''அனைத்தையும் துறந்துவிட்டு என்னுடன் வாருங்கள். திரும்பிப் பார்க்காதீர்கள். மற்ற பொருள்மீது கவனம் செலுத்த ஒருகணம் கூடத் தயங்கி நிற்காதீர்கள். துறவு மேற்கொண்டு என்னைத் தொடருங்கள்'' என்று அவர் கூறினார். முழுமையான துறவுக்கான தன்மையை நமது உள்ளத்தில் ஏற்படுத்திக் கொள்ள நாம் ஆயத்தமாக இருக்க வேண்டும் என்பதுதான் பொருள். அப்போதுதான் கடவுளை அடைய வேண்டும் என்ற உண்மையான வேட்கை நமது இதயத்தில் ஏற்படும். சிரத்தைமிக்க உண்மையான ஆன்மீக வாழ்க்கைக்கு, ஆன்மீக முயற்சிக்கு அது நம்மை இட்டுச் செல்லும்.

நவீனகால மகான்களில் தலைசிறந்தவர்களில் ஒருவரான ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணர், ஒரு நூலின் நுனியில் இழை ஒட்டிக் கொண்டு இருக்கிறவரை அதனை ஊசித் துவாரத்துக்குள் செலுத்த முடியாது என்று சொல்லுவது வழக்கம். அது ஒரு இழை உள்ள நூலாக இருந்தாலும் ஒட்டிக் கொண்டிருக்கும் இழை தேய்த்துச் சரிசெய்யப்பட்டு நூலின் நுனி கூர்மையாக்கப்பட்டால்தவிர நூலை ஊசித் துவாரத்துக்குள் செலுத்த முடியாது என்று அவர் கூறுவார். உங்கள் ஜீவன் முழுவதன் கவனத்தையும் ஒருமுகமாக கடவுளை அடைவது என்னும் வாழ்க்கைக் குறிக்

கோளை நோக்கிச் செலுத்தினால் தவிர, ஆன்மீக அனுபூதி பெறுவதில் வெற்றிகாண முடியாது. ஆகவே நாம் நம்பத்தகாத, விட்டுக் கொடுக்கும் இயல்புடைய கொள் கைகள் விஷயத்தில் விழிப்புடன் இருக்கவேண்டும். இவற்றால் நாம் ஏமாற்றப்படுகிறோம் என்ற அபாயந்தவிர, இந்தத் தவறான சித்தாந்தங்களால் விளையக்கூடிய மற்ற அபாயங்களும் உள்ளன.

தற்காலத்துத் தவறான தீர்க்கதரிசிகள்

தற்காலம், உலகாயதவாதம் மிகுந்து இருப்பது. எதையும் உலகாயுதத் தன்மையுடன் மதிப்பிடும் மனப் போக்குதான் பெரும்பாலும் நிலவியுள்ளது. உலகாயத வாதம் பல வடிவங்களில் உள்ளது. ஒரு குறிப்பிட்ட உலகாயதவாதம், உலகம்தான் எல்லாம் என்கிறது. பெற வேண்டியது, பெறத் தகுதி உடையது உலகம் ஒன்றுதான் என அது குறிப்பிடுகிறது. மற்றொருவிதமான உலகாயத வாதம் இருக்கிறது. ஒரு நுட்பமான உலகாயத வாதம் அது. இறைவன் மட்டும் போதாது. இறைவனுடன் உலகமும் இருக்க வேண்டும்; இந்த உலகை முழுமையாக நீங்கள் புறக்கணிக்கவோ, ஒதுக்கித் தள்ளவோ முடியாது என அது கூறுகிறது. இந்த நுட்பமான கொள்கையைப் பின்பற்றுகிறவர்கள், கடவுளை மட்டும் அறிவது குறையுடையது என்றும் பரம்பொரு ளாகிய கடவுளையும் அவருடன் இந்த உலகையும் அறிந்து கொள்வதுதான் பூரணமானது என அவர்கள் கூறு கின்றனர். நீங்கள் கடவுளை அறிந்து கொள்ளுங்கள், அத்துடன் உண்மையான தன்மையால் இந்தப் பிரபஞ்சத் தையும் அறிந்து கொள்ளுங்கள் என அவர்கள் கூறுகிறார்கள்.

பிரபஞ்சத்தை அறிந்து கொள்ளுவது என்றால் என்ன? பிரபஞ்சத்தை அறிந்துகொண்டவர்கள் எல்லாம் தமது அறிவாலேயே ஏமாற்றப்பட்டிருக்கிறார்கள். பிரபஞ்சத்தை

அதன் உண்மையான தன்மையில் அறிந்துகொண்டால், பிரபஞ்சம் முற்றிலும் அநித்தியமானது, மறையத்தக்கது, அழியக்கூடியது, மாறக்கூடியது, பயனற்றது என்பதை நீங்கள் புரிந்துகொண்டால் அதற்கு நீங்கள் எந்தவிதமான மதிப்பும் தரமாட்டீர்கள். ஆனால் இந்தத் தந்திரமான தத்துவ வாதிகள் ஞானம் ஒரு சார்புடையதாக இருக்கக் கூடாது என்று சொல்லுகின்றனர். அவர்களைப் பொறுத்த வரையில், வெறும் கடவுளைப் பற்றிய ஞானம், பிரபஞ்சத்தைப் பற்றிய ஞானத்துடன் சம்பந்தப்படாத காரணத்தால் அது பொருத்தமற்றது ஒரு சார்புடையது என்று அவர்கள் கருதுகின்றனர். கடவுளை அறிந்துகொள்ளுவது என்பது அனைத்தையும் அறிந்துகொள்ளுவதாக ஆகும் என்பதனை இவர்கள் உணர்ந்துகொண்டதாகத் தெரியவில்லை. இந்தப் பிரபஞ்சம், பரம்பொருளாகிய இறைவன் மீதான ஒரு நிழல் விளையாட்டு. அந்தப் பரம்பொருளை (அது எல்லையற்றது, எங்கும் நிறைந்துள்ளது, அதற்கு அடுத்து இரண்டாவது ஒன்று அல்லாத ஒரே பரம்பொருள்) அறிந்துகொண்டால் எல்லாவற்றையும் அறிந்துகொண்டதாக ஆகிறது. ஆனால் ஆன்மானுபூதி, வாழ்வின் மகத்தான ஆன்மீகக் குறிக்கோள்பற்றி அவர்கள் விநோதமான கருத்தை உடையவர்களாக இருக்கிறார்கள். கடவுளையும் பிரபஞ்சத்தையும் நீங்கள் அறிந்துகொள்ள வேண்டும். அப்போதுதான் நீங்கள் பூரண ஞானம் பெற்றவராக ஆவீர்கள் என இவர்கள் கூறுகிறார்கள்.

ஞானம் என்றால் என்னவென்று இவர்கள் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள்? இவர்கள் கூற்று, அமுதத்தையும் விஷத்தையும் ஒருங்கே அருந்தவேண்டும் என்று கூறுவதுபோல இருக்கிறது. அவர்கள் என்ன கருதுகிறார்கள்? இரண்டையும் அனுபவிக்க வேண்டும் என்று கருதுகிறார்களா? இறையனுபவம் உங்களுக்கு ஏற்படுகிறபோது பிரபஞ்ச அனுபவம் மறைந்துவிடுகிறது. விழிப்பு நிலை ஏற்படுகிறபோது தூக்கநிலையிலான அனுபவத்தினை நீங்கள் பெறமுடியாது. இந்தத் தவறான தத்துவ விளக்கம்,

கனவு காண்பதுபோல ஆகும். இதனை பிரசாரம் செய்கிறவர்கள் இந்தத் தத்துவத்துக்கு ஆதரவாக சாதுரியமான பல வாதங்களை எடுத்துவைக்கக்கூடும். மற்ற மகான்களின் கருத்துக்களும் உபதேசங்களும் இவர்களுக்கு ஏற்றதாக இல்லையென்றால் அந்த மகான்களை ஒரு சார்புடையவர்கள், அல்லது அறியாமையில் இருப்பவர்கள் அல்லது பிடிவாதக்காரர்கள் என்றும் பழித்துப் பேச இவர்கள் தயங்குவதில்லை. இந்தத் தவருன ஆசான்கள் மாயாவாதத்துக்கு விளக்கம் தந்த மகான் ஆதிசங்கரரையே குறைகூறுகிருர்கள். மாயாவாதத்தை சங்கரர் சரியான முறையில் விளக்கவில்லை என்கிருர்கள். இவர்கள் கடவுளை உலகத்துடன் ஏன் இணைக்கிருர்கள் என எண்ணிப் பார்க்கும்போது எனக்குச் சந்தேகம் எதுவும் தோன்றவில்லை. ஒருவேளை அவர்கள் ரகசியமான அல்லது சுய நினைவற்ற நிலையில் இந்த உலகின் மீது ஆசை வைத்திருப்பதன் காரணமாக அவர்கள் இவ்வாறு கூறக்கூடும். ஆக, இந்த உலகுக்கு மறைவான செல்லுபடியாகுந்தன்மையும், ஒரு குறிப்பிட்ட மதிப்பும், ஒரு குறிப்பிட்ட பொருளும் இருப்பதாக அவர்கள் விழிப்போடு எண்ணுகிருர்கள். ஆகவேதான் அவர்கள் உலகை இறுகப் பற்றிக்கொண்டிருக்கிருர்கள். இதயத்திலும், மனத்திலும் முழுமையாகத் துறவு நிலையினை மேற்கொள்ள அவர்கள் விரும்புவதில்லை. ஆகவே அவர்களின் துறவு பூரணமானது அல்ல. துறவு நிலை அரைகுறை நிலையாக இருக்கமுடியாது. இரண்டு மேட்டுப்பகுதிகளுக்கு இடையே உள்ள பள்ளத்தாக்கை இரண்டு முறை தாண்டித் தாவ முடியாது. ஒரே தாவில் தாவி விடவேண்டும். அல்லது தாவவே கூடாது. உலக பந்தங்கள் நிறைந்த வாழ்வுக்கும், பூரணமான, சலனமற்ற, அளவிடற்கரிய தெய்வீக வாழ்வுக்கும் இடையிலுள்ள பள்ளத்தாக்கை நீங்கள் அரைகுறையாகத் தாண்ட முடியாது.

இந்தத் தவருன தத்துவவாதிகளின் மனம் இறைவனை ஏற்றுக்கொள்ளும் பக்குவ நிலையில் இல்லை. இது வெளிப்

படை. ஆகவேதான், துறவின் அவசியத்தையும், மாயா வாதத்தையும் மறுப்பதற்கு வீண் முயற்சி செய்யப் படுகிறது; உலகம் முக்கியம், எவரும் அதனை முழுமை யாகப் புறக்கணிக்கக்கூடாது என்ற தத்துவத்தை நிரூபிக்க முயற்சி செய்யப்படுகிறது. இந்த இரட்டைச் சிந்தனையை நான் ஒப்புக்கொள்ளவில்லை. உலகம் புறக் கணிக்கப்பட வேண்டும்; அதற்காக இமயமலைக்கு ஓடி இமயமலைக் குகைகளில் ஒளிந்துகொள்ள வேண்டும் என்பது பொருளல்ல. உலகிலுள்ள பொருட்கள் அனைத் தையும் புறக்கணித்து ஒதுக்கித்தள்ள வேண்டும் என்று பொருளல்ல. நீங்கள் உங்கள் சட்டையைக் கழற்றி வீசி எறிய வேண்டும் என்று பொருளல்ல. நீங்கள் உட்கொள்ளும் உங்களது வழக்கமான உணவை விட்டு விட வேண்டும் என்றும் பொருளல்ல நீங்கள் இலைகளைச் சாப்பிடவேண்டும் என்பதோ, நீர் அல்லது காற்றை மட்டும் உட்கொண்டு உயிர் வாழ வேண்டும் என்பதோ பொருளல்ல.

மனப்பூர்வமான துறவே உண்மையான துறவு

இந்த உலகை விட்டுவிடவேண்டுமானால், நீங்கள் வேறு எங்கே போக முடியும்? நீங்கள் இமயமலைக் குகைகளுக்குச் சென்றாலும் அப்போதும் நீங்கள் உலகத் தில் தான் இருக்கிறீர்கள். உண்மையில் தேவைப் படுவது, இந்த உலகின் புறத்தேயுள்ள பொருட்களை துறப்பதோ அல்லது வெளிப்புற ஆசைகளை விட்டு விடுவதோ அல்ல. துறவு என்பது வெறும் வீடு, கடற்கரை, நிலம், உணவு உட்கொள்ளும் முறை ஆகிய வற்றைத் துறப்பது அல்ல. துறவு என்பது உலகாயதத் தன்மையை முழுமையாகத் துறந்துவிடுவது ஆகும். இதுதான் உண்மையான துறவின் ரகசியம்.

நீங்கள் இந்த உலகியல் பொருட்களைத் துறக்கலாம். நீங்கள் உங்களது செல்வம், சொத்து, மற்றும் அனைத்

தையும் துறந்துவிடலாம். ஆனால் அந்த நிலையில் இந்தப் பொருட்களுடன் உங்களது இதயம் பற்றுக்கொண்டிருக்கலாம். இந்த அனைத்துப் பொருள்கள் மீதும் நீங்கள் மனத்தளவில் விருப்பம் கொண்டிருக்கலாம். இத்தகைய துறவு, மகிழ்சியைத் தரமுடியாது. வெளிப்புறத்தில் நாம் மேற்கொள்ளும் துறவு நிலையுடன் மனத்தளவிலான துறவும் இணைந்திருக்க வேண்டும். இல்லையெனில் வெளிப்புறத்தில் மேற்கொள்ளப்படும் துறவு, உண்மையான துறவு ஆகாது. நீங்கள் மனத்தளவில் முழுமையான துறவு நிலையை மேற்கொண்டால், வெளிப்புறத் துறவு என்பது தேவையற்ற ஒன்றாக ஆகிவிடுகிறது.

வெளிப்புறத்தில் நீங்கள் துறவு நிலையை மேற்கொள்ளுகிறீர்களா இல்லையா என்பது அவ்வளவு முக்கியமல்ல. சிறப்பான விஷயம் என்னவென்றால் நீங்கள் உலகத்தில் வாழவேண்டும். அதே சமயத்தில் உலகத்தில் சிக்கிக் கொள்ளக்கூடாது. நீங்கள் உலகியல் பொருட்களுக்கு மத்தியில் இருக்கும்போதுகூட அந்தப் பொருட்கள் மீதான ஆசை உங்கள் ஜீவனுக்குள் புகுந்துவிடக்கூடாது.

இத்தகைய ஆசைக்கு அடிப்படைக் காரணம் என்ன? அது துறவுக்கு எதிரான ஒன்றாகும். இந்த ஆசைக்கு அடிப்படைக் காரணமாக இருப்பது 'நான்' என்ற உங்களது தனிப்பட்ட தோற்றம்தான். இந்த 'நான்'தான் விரும்புகிறது. இந்த 'நான்'தான் ஆசைப்படுகிறது. இந்த 'நான்'தான் ஏங்குகிறது. ஆகவே உண்மைத் துறவு என்பது அனைத்துப் பொருட்களையும், அனைத்துச் செயல்களையும் விட்டுவிடுவது அல்ல. அது உணவிலே, தீவிர விருப்பமின்றி இருப்பது என்பது மட்டுமல்ல, சொத்துக்கள் ஏதும் இன்றி இருப்பதோ, ஒரு துளிகூட இல்லாதிருப்பதோ, ஒரு செருப்பு இல்லாமல் இருப்பதோ உண்மைத் துறவல்ல. துறவின் சாரம் இது அல்ல. தலையை மழித்துக் கொள்ளுவதோ, துறவியைப்போல் ஆடை அணிந்து கொள்ளுவதோ உண்மைத் துறவு அல்ல.

உண்மைத் துறவு என்பது, ஆசைகளையும் ஏக்கத்தையும் விட்டு விடுவது; சொத்துக்களைச் சேர்த்துக்கொள்ளும் இயல்பையும், வேட்கையையும் அகற்றுவது. இவையெல்லாம் 'நான்' 'எனது' என்னும் அகங்காரத்தன்மையில் வேரூன்றி இருப்பவை ஆகும். ஆகவே உண்மைத் துறவின் ரகசியம், அகங்காரத்தையும் தன்முனைப்பையும் முழுமையாகக் களைந்துவிடுவதில்தான் உள்ளது. நான் என்னும் எண்ணமும் உணர்வும் 'எனது' என்ற கருத்தும் இதயத்திலிருந்து முழுமையாக அகற்றப்பட வேண்டும். பற்று, அகங்காரம் ஆகிய இரண்டையும் களைவதில்தான் உண்மைத் துறவின் ரகசியம் அடங்கியுள்ளது.

உண்மையான துறவு என்பது, எல்லாவிதமான ஆசைகளையும் அகற்றுவது; முன்பு அனுபவித்த இன்பங்களின் விளைவாக மனதில் ஏற்பட்டுள்ள நுட்பமான பதிவுகளை அகற்றுவது. சாதனையின் மூலம் மனப் பதிவுகளிலிருந்து விடுபடுவது உண்மையான துறவு ஆகும். உலகில் தோன்றி மறையும் அனைத்துப் பொருள்கள் மீதும் வைத்திருக்கிற பற்றைக் களைந்தெறிவது உண்மைத் துறவு ஆகும். "நான்தான் செய்கிறேன். நான்தான் அனுபவிக்கிறேன். கண்களால் நான் பார்க்கிறேன். நான் மூக்கால் நுகருகிறேன். நான் காதால் கேட்கிறேன்" என்ற எண்ணத்திலிருந்து விடுபடுவது துறவு ஆகும். புலன்களோடும், உடலோடும் உள்ள சம்பந்தத்தினை துறக்க வேண்டும். இது பந்தம் ஆகும்.

உடல், மனம், மற்றும் அதன் ஆசைகள் இவற்றுடனான உறவைத் துறந்துவிடவேண்டும். நீங்கள் உங்களது உண்மை இயல்பின் - உடல், புலன்கள், பிராணன், மனம், புத்தி மற்றும் எண்ணத்துடனான பற்று இவற்றைக் கடந்த உண்மை இயல்பின் உணர்வுக்கு மத்தியில் நீங்கள் இருக்கவேண்டும். இவையனைத்துக்கும் மேலாக நீங்கள் பூரணத்துவம் பெற்ற, பாதிக்கப்படாத, மாறாத, சாட்சியுணர்வாக இருக்கிற இறப்பையோ பிறப்பையோ இன்னல்

களையோ அறியாத விருப்பமோ, ஆசையோ கொண்டிராத பரம்பொருளாக (காரணம், அது எப்போதும் முழுமையாகவும் திருப்தியுடனும் இருக்கிறது) இருக்கிறீர்கள்.

தொடர்ந்து நிலவிவரும் ஒரு ஆழ்ந்த திருப்தி உங்களது உண்மை ஜீவனைச் சித்தரிக்கிறது. இதற்குக் குறையேதுமில்லை. காரணம், அது நிறைவுடையதாக, பூரணத்துவம் நிறைந்ததாக இருக்கிறது. பூரண நிலை உங்களது உண்மை இயல்பாக உள்ளது. இந்தப் பூரண நிலையில் நாம் நிலையாக இருப்பதற்கு நம்மைப் பக்குவப் படுத்திக் கொள்ளுவதே உண்மைத் துறவின் இரகசியமாகும். உடல் - மனத் தோற்றத்துடன் உங்களை ஈடுபடுத்திக்கொள்ளும் தன்மையை விட்டுவிடுங்கள். உள்ளுறையும் உங்களது ஆன்மாவில் வாழ்ந்திருங்கள். இதுவே உண்மைத் துறவு ஆகும். உங்களது அற்புதமான ஆத்மீக உணர்வு, அற்புதமான ஆன்மீக இயல்பு, அற்புதமான தெய்வீக சாரம் ஆகியவற்றில் ஊறித்திளைப்பதுதான் உண்மைத் துறவின் ரகசியம். பந்தத்தின் அனைத்துப் பிடிகளிலிருந்தும் உங்களை விடுவித்துக்கொள்ளுங்கள். உண்மைத் துறவின் புகழை அது தோற்றுவிக்கிறது.

5. உன்னை நீ அறிந்துகொள்

இன்றைய உலகின் செயல் துடிப்பும் சுறுசுறுப்பும் மிக்க வாழ்க்கையில் ஒரு கணம் நமது பார்வையைச் செலுத்தினால், கடந்த சில நூற்றாண்டுகளில் மிகப்பெரும் முன்னேற்றங்கள் ஏற்பட்டிருப்பதை உடனடியாகக் காண்கிறோம். மனிதன் முன்னேறியிருக்கிறான். புதிய வளங்களைக் கண்டுபிடித்திருக்கிறான். பல பொருள்கள் குறித்து இதற்குமுன் அறிந்திராத விஷயங்களைக் கண்டு பிடித்திருக்கிறான். மனிதன், தனது திறமையாலும், புத்தி கூர்மையாலும், இதற்குமுன் அறிந்து கொள்ள முடியாதவற்றையெல்லாம் கண்முன் தெரிந்துகொள்ளக் கூடிய அளவில் பல கருவிகளைக் கண்டுபிடித்திருக்கிறான்.

கண்ணுக்குத் தெரியாத, பிரபஞ்ச அற்புதமாக இருந்த வற்றை விஞ்ஞானிகளின் ஊடுருவிப் பாயும் கண்களுக்குத் தெரியுமாறு செய்த மகத்தான சக்திபடைத்த கருவிகளை மனிதன் கண்டுபிடித்திருக்கிறன். பௌதிகம், இரசாயனம், இயந்திரவியல், பொறியியல், அணுவியல் ஆகிய பௌதிக விஞ்ஞானத் துறையில் இத்தகைய சாதனை நிகழ்த்தப்பட்டிருக்கிறது. அனுபவிப்பதற்குக் கணக்கிலா சௌகரியங்களையும் வசதிகளையும் பெற்றுள்ள இன்றைய வாழ்வின் புறச்சக்திகளை மனிதன் இவ்வளவு சிறப்பாக தனது கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டுவந்திருக்கிறன். இந்த நவீன வாழ்க்கை, இயலாதது, கற்பனையானது, கோமாளித்தனமானது என்று நூறு ஆண்டுகளுக்கு முன்னுல் கூட கருதப்பட்டிருக்கலாம். ஆனுல் இன்று இத்தகைய சாதனைகளும், முன்னேற்றங்களும், அற்புத வளர்ச்சியும் நிகழ்ந்திருக்கின்றன. கற்பனையின் விளைவான கருத்து என்று அன்று கருதப்பட்டவை இன்று உண்மையில் சாதிக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

மனித சமுதாயத்தை ஒரு கணம் எண்ணிப் பார்ப்போம். உலகின் பல பகுதிகளில் பெருந் திரளான மக்கள் கூட்டத்தை நாம் பார்க்கிறோம். உலகாயதமாக அவர்கள் பெருமளவுக்கு வளர்ச்சியடைந்திருக்கின்றனர். ஆனுல் ஆத்ம திருப்தியோ, அமைதியோ அவர்களுக்கு ஏற்படவில்லை. புறத்தே நிகழ்ந்துள்ள விஞ்ஞான சாதனைகள் இந்த முன்னேற்றத்தைக் கொண்டுவந்திருக்கவேண்டும். மனிதன் வளர்ந்து முன்னேற்றம் பெற வேண்டுமானுல் வாழ்க்கை, மற்றும் செயலில் எல்லா மட்டங்களிலும், நிலைகளிலும் மனிதன் அவ்வாறு செய்யவேண்டும்.

திறமை பெருகியிருக்கிறது; அமைப்பு விரிவடைந்துள்ளது. இதில் ஐயமில்லை. ஆனுல் தனிப்பட்ட மனிதனின் வாழ்க்கையில் பெருகிவரும் ஆனந்தம் ஏன் தென்படவில்லை? மனிதர்களிடையே ஏற்றத் தாழ்வுகள் விநோதமான முறையில் அமைந்திருக்கின்றன. செல்வ

வளத்தை அனுபவிக்கிறவர்கள் ஒருபுறம், கடும் வறுமையில் வாழுகின்ற மக்கள் மறுபுறம் – ஒருபகுதியில் பெருமளவுக்கு செல்வம் உள்ளது, செழிப்பான நிலை உள்ளது. மறுபகுதியில் பஞ்சமும் பட்டினியுமாக உள்ளது. சராசரி மனிதனிடத்தில் கூட வருத்தம் கலந்த வளம் காணப்படுகிறது. அதிருப்தியுடன் கூடிய வசதி காணப்படுகிறது. இரண்டும் ஒரே சமயத்தில், மனிதனின் உடமைகள் அதிகரித்துவிட்டன. ஆனால் அவனது மகிழ்ச்சி — அவனது அத்தியாவசியமான வாழ்க்கையின் மகிழ்ச்சி — பெருக்கப்படவில்லை. இது தெளிவு. ஒரு கணக்கெடுப்பு நடத்தினால், ''ஆம் இத்தகைய உலகாயத முன்னேற்றங்கள் எங்களுக்கு என்றும் பெருக்கெடுத்து வரும் மகிழ்ச்சியை குறைவற்ற ஆனந்தத்தைத் தருகிறது'' என்று யாரும் நேர்மையாகக் கூறமுடியாது.

மனிதர்களின் உடல் நலனும்கூட உண்மையான முன்னேற்றத்துக்கு நம்பிக்கை அளிப்பதாக இல்லை. ஒப்பிட இயலாத அளவில் மருத்துவ மனைகள் அதிகரித்துள்ளன. டாக்டர்களும், மருந்துகளும், இரசாயனத் தொழிற்சாலைகளும், மருந்து தயாரிக்கும் முறைகள், அறுவை சிகிச்சையில் பல்வேறு முறைகள் ஆகிய அனைத்தும் பலமடங்கு அதிகரித்துள்ளன. ஆனால் நோய்களும் பெருமளவுக்கு அதிகரித்துள்ளன. விஞ்ஞான முன்னேற்றம் ஏற்பட புதுவிதமான நோய்களும் தொல்லைகளும் தோன்றி உலகில் மனிதனை அல்லற்படுத்திக்கொண்டிருக்கின்றன. இதற்கு ஏதேனும் காரணம் இருக்க முடியுமா ?

மனிதனைப்பற்றிய ஆய்வின் அடிப்படையில் புறக்கணிக்கப்பட்டவை

ஒரு சாதாரணமான காரணம் இருக்கிறது. இந்த பிரபஞ்சத்தில் மிகமுக்கியமான அங்கமாக மனிதன் இருக்கிறான். மனிதர்கள் சம்பந்தப்பட்ட விஷயங்களில் எடுக்

கப்பட வேண்டிய முடிவுகளுக்கான தீர்வு மனிதனின் கையில் இருக்கிறது. பிரபஞ்சத்தின் புயல், அலைகள், பூமி அதிர்ச்சி, வறட்சி, சூருவளி ஆகியவற்றைக் கட்டுப் படுத்தும் ஆற்றல் மனிதனிடத்தில் இல்லை. ஆனால் தனிப் பட்ட மனிதனின் வாழ்க்கையைப் பொறுத்தவரையில் – இது, குடும்பத்தில் இருந்தாலும், சமுதாயத்தில், நகராட்சிக் கேந்திரத்தில் இருந்தாலும், தலைநகரத்தில் இருந்தாலும், தேசத்தில் இருந்தாலும், உலகத்தில் இருந் தாலும் – இந்த வாழ்க்கையைப் பொறுத்தவரையில், இதில் பெருகிவரும் விஷயங்களைப் பொறுத்தவரையில், இவை மனிதனின் கட்டுப்பாட்டுக்குள் இருக்கின்றன. இந்த விஷயங்களின் இயக்குனராக மனிதன் இருக்கிறான். அவன் "சரி, நாம் இந்த திசையில் செல்லலாம்" என்று சொல்லலாம். அல்லது, "இல்லை, இந்த திசையில் போக வேண்டாம். நமது திசையை மாற்றிக்கொண்டு வேறு திசையில் போகலாம்" என்றும் சொல்லலாம். வாழ்வின் மிக முக்கியமான பொருளாக அமைந்திருக்கும் மனிதனி டத்தில் எல்லாம் சரியாக அமையவில்லை.

"மனித குலத்தின் மிகப் பெரிய கண்டுபிடிப்பு மனிதன்." மனிதன் தன்னை அறிந்துகொள்ளவேண்டும். அவன் தனது இயல்பை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். ஒருவர் தனது அறிவின் மூலம்தான் இந்த வாழ்க்கைக்கு உரிய அடிப்படை விதிமுறைகளைக் கண்டுபிடித்துக் கொள்ளுகிறார். மனிதர்களின் பழக்கத்தை உறுதிப்படுத் தும் விஷயங்களைப் புரிந்து கொள்ளுகிறார். உள்ளுறையும் இந்த சக்திகளின் ஞானத்தைக் கொண்டு, இந்த சக்தி களை வகைப்படுத்தும் விதிமுறைகளைப் பயன்படுத்தக் கற்றுக்கொள்கிறார். இம்முறையில் ஒருவர் தனது பழக்க வழக்கத்தை முறையாக நெறிப்படுத்துகிறார். இந்த அத்தியாவசியமான ஞானத்தின் மூலம் சிரத்தைமிக்க ஆய்வு செய்து, உண்மையை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். இந்த அடிப்படை ஞானம் புறக்கணிக்கப் பட்டால், புறப் பொருள்களைப் பற்றிய ஞானம் — அது

எவ்வளவு விசாலமாக, உற்சாகமூட்டக்கூடிய வகையில் இருந்தாலும் — மனித உலகில் உண்மையான முன்னேற்றத்தைக் கொண்டுவர முடியாது.

தற்போது ஒருவர் தன்னுடைய உண்மை இயல்பை உணர்ந்துகொள்ளும் ஞானம் முற்றிலும் மங்கிய நிலையில் உள்ளது. மனிதனுடைய ஞானத்தில் ஏற்பட்டுள்ள இக்குறையின் விளைவாக மனிதனுடைய போக்கிலும் குறை காணப்படுகிறது. அதிகாரம், மனிதனை சுயநலம் உடையவனாகவும், அகந்தையும், பேராசையும் உடையவனாகவும் ஆக்குகிறது. பதவி ஆசை எனும் அதிசயத்தை இன்று உலகம் முழுவதும் பார்க்கிறோம். ஒவ்வொரு சாதியும் தனது நலனைக் காத்துக்கொள்ளவே அனைத்து ஞானத்தையும் சக்தியையும் பெற விரும்புகிறது. மனித குலத்தின் மற்ற பிரிவினர்க்கு எதிரான போக்கை அது கடைப்பிடிக்கிறது. மேலும் இவ்வாறு பெற்ற சக்தியைப் பயன்படுத்தித்தான் உறவு கொண்டிருக்கிற சிலரைத் தவிர மற்ற அனைவரையும் அழித்துவிட ஒவ்வொரு சாதியும் முயலுகிறது.

இருபதாம் நூற்றாண்டின் முதல் பாதியின் மிகப்பரிதாபமான நிலை இதுதான். மனித இயல்பு சீர்செய்யப்படாத காரணத்தால், உண்மையான முன்னேற்றம் பாழ்படுத்தப்பட்டு, அதற்கு முட்டுக்கட்டை போடப்பட்டிருக்கிற நிலையினை நாம் காணுகிறோம். புற இயல்பினைத் தனது கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருக்கிற மனிதன், தன்னைப் பற்றிய ஞானத்தையும் பெற்றிருந்தால், புற வாழ்வில் நெறி முறைகளைக் கற்றுக் கொண்டிருக்கிற மனிதன், அன்பு, கருணை, ஆன்மத்தொண்டு, தியாகம் ஆகியவற்றுக்கான திறமைகளை வளர்த்துக் கொண்டு ஜீவனின் தன்மையை உயர்த்திக் கொண்டிருந்தால், மனிதன் புறச் சக்திகளை தனது கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருக்கின்ற தீவிரத் தன்மை, இந்த அகச்சக்தியை வளர்த்துக் கொள்ளுவதிலும் காட்டப்படுமானால், இன்று நாம்

உலகில் காணும் நிலை சமன்படுத்தப் பட்டதாக, உலகிற்கு நன்மை சேர்க்கக் கூடியதாக அமையும். அப்போது மென்மேலும் மகிழ்ச்சி உண்டாகும். அந்த நிலையில் முன்பு இருந்ததை விடச் சிறந்த நிலையில் சகோதரத்துவமும், நட்பும் காணப்படும். அதிக அளவில் பரஸ்பர ஒத்துழைப்பு ஏற்படும்.

மனித சமுதாயம் புறவாழ்வில் முன்னேற்றம் அடைந்திருக்காது. ஆனால் தனிப்பட்ட மனிதனின் அகவாழ்வில் வீழ்ச்சி அடைந்திருக்கிறது. இன்று மனித இனம் மகிழ்ச்சியற்ற சூழ்நிலையில் இருப்பதற்கு இதுவே அடிப்படைக் காரணம். அச்சமும், நிச்சயமற்ற தன்மையும், பத்திரமின்மையும்கொண்ட மகிழ்ச்சியற்ற சூழ்நிலையில் இந்த மனித இனம் வாழ்ந்துகொண்டிருக்கிறது. இந்த நிலையில் ஒரு கேள்வி எழுகிறது. கடந்த நூற்றுண்டில் இவ்வளவு அறிவு வளர்ச்சி ஏற்பட்டுள்ளபோதிலும், சக்தி கிடைத்துள்ளபோதிலும் ஒவ்வொரு மனிதனும் இந்தக்காலம் வாழ்வதற்கு ஏற்றகாலம் அல்ல என ஏன் எண்ணுகிருன் ? மக்கள் தற்காலத்தைப்பற்றிக் கவலைப்படவில்லை. ஒன்று, அவர்கள் தற்கால பிரச்னைகள் அல்லாத எதிர்கால மனோ ராஜ்யத்தில் உலவுகின்றனர்; அல்லது "நிலைமைகள் சீராக இருந்த கடந்தகாலம்" பற்றித் தணியாத ஆர்வத்துடன் எண்ணிக்கொண்டிருக்கின்றனர். நிகழ்காலம் முழுவதும் அமைதியின்மை நிலவி வருகிறது. இந்தப் போக்குக்குக் காரணமாக இருப்பது மனிதனின் அடிப்படையான ஒரு தவறுதான். மனிதனின் மனம், நோக்கு, புலன்கள் ஆகியவற்றின் சக்திகள் முழுவதும் புறத்தே செலுத்தப்படுகின்றன. முதன்முதலில் முறையான துவக்க நிலையிலிருந்து செயல்பட மனிதன் தவறி விட்டான்.

மனிதன் தன்னையே அறிந்துகொள்ளாவிட்டால் அவன் எப்படி வெற்றிகரமான வாழ்க்கையை நடத்த முடியும்? ஆயிரக்கணக்கான மைல் தூரம் கஷ்டமான

பயணத்தில் காரை ஓட்டிச்செல்ல விரும்புகிற ஒருவர், காரை ஓட்டுவது எப்படி என்ற கலையைமட்டும் தெரிந்து கொண்டு, அந்தக்காரின் இயங்குந்தன்மைபற்றி சிறிதும் அறியாமல் இருப்பதற்கு இது ஒப்பாகும். இப்படி காரை ஓட்டுகிற மனிதரின் நிலை அபாயகரமான நிலையாகும். காரின் ஏதேனும் ஒருபாகத்தில் பழுது ஏற்பட்டுவிட்டால் அதனைச் சரிசெய்ய இந்த மனிதனுக்குத் தெரியாது. இந்தக்காலத்தில் வாழுகின்ற மனிதர்களின் நிலையும் இது தான். எல்லாம் தவருக நடக்கிறது என்று அவர்களுக்குப் புரிகிறது. ஆனுல் அதனை எப்படிச் சரிசெய்வது என்று அவர்களுக்குத் தெளிவாகப் புரியவில்லை. இந்த நிலைமையைச் சீர்திருத்தி அமைப்பதற்கான அடிப்படை அறிவைத் தாங்கள் கண்டுபிடித்திருப்பதாக அனைத்து மனநோய் மருத்துவர்களும் மனுேதத்துவ நிபுணர்களும் மனிதனிடம் கூறி நம்பவைக்க முடியாது.

நான் யார்? — மிகப்பெரிய ஆராய்ச்சி

ஒருவர் தன்னையே அறிந்துகொள்ள வேண்டும். இதுதான் நமக்குத் தேவையான அறிவு. இந்த அறிவைப் புகட்டுவதற்கான கல்வி குழந்தைப்பருவத்திலிருந்தே கற்றுத்தரப்பட வேண்டும். குழந்தைப்பருவத்திலேயே முறையாகச் சிந்திக்கும் கலையைக் கற்றுத்தரும்போது தான் ஒரு மனிதனின் வாழ்க்கையில் உண்மையான முன்னேற்றம் ஏற்படத் துவங்குகிறது. நமது தோற்றத்தை அழகுறச்செய்யும் அளவுக்கு அமைந்துள்ளது எது, அதனை அலங்கோலமாக ஆக்கும் அளவுக்கு அமைந்துள்ளது எது என்பதை முதலில் நாம் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். எத்தனைபேர் தங்களைப்பற்றிச் சிந்திக்கிருர்கள்? நமது வாழ்வு முழுவதும் நாம் நமது நிகழ்ச்சிகளைப் பற்றியும், வார இறுதிப் பொழுது போக்குக்கான திட்டங்கள் பற்றியும், நமது இன்பங்கள் பற்றியும், செல்லப் பிள்ளைகள் பற்றியுமே எண்ணிக் கொண்டிருக்கிருேம். நமக்கு எந்த மாதிரி ஆடை வாங்கலாம், எந்த மாடலில் கார் வாங்க

லாம், எந்த மாதிரியில் வீட்டுக்கு வண்ணம் பூசலாம் என்றுதான் நாம் எண்ணுகிறோம். ஒவ்வொரு கணமும் நமக்குப் புறத்தேயுள்ள பொருள்களைப் பற்றிய சிந்தனை தான் நம்மைப் பற்றிக்கொண்டிருக்கிறது. அமைதியாக, மௌனமாக அரைமணி நேரம் இருக்க யார் நேரத்தைச் செலவிடுகிறார்கள்? "நான் யார்? நான் எப்படி இங்கு வந்தேன்? சிறிது காலத்துக்கு முன் நான் இல்லை. இன்னும் சிறிது காலத்தில் நான் இருக்கப்போவதில்லை. இப்படிப்பட்ட நிலையில் நான் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் இந்த உலகம் என்ன உலகம்? எனக்கும் இந்தப் பிரபஞ்சத்தும் உள்ள சம்பந்தம் என்ன? எனக்கும் நான் தற்காலிக உறவு கொண்டுள்ளவர்களான என்னைச் சுற்றியிருப்பவர்களுக்கும் உள்ள தொடர்பு என்ன? இந்தத் தற்காலிகமான, எப்போதும் மாறக்கூடிய இந்த அமைப்பில் எனது கடமை என்ன?" என்று யார் சிந்திக்கிறார்கள்? இந்தக் கேள்விகள் பற்றி ஒருநாளும் நீங்கள் சிந்திப்பதில்லை. இந்தக் கேள்விகளுக்கு நீங்கள் விடை காணுகிற வரையில், நீங்கள் உண்மையிலேயே எத்தகையவர், நீங்கள் எங்கிருந்து வந்தீர்கள். நீங்கள் சென்றடைய வேண்டிய இடம் எது என்பதுபற்றிய அத்தியாவசியமான அறிவினை நீங்கள் பெறுகிற வரையில் உங்களைப் பொறுத்த வரை பயனுள்ள, உருப்படியான வாழ்க்கை என்பது எதிர் காலத்தில் மிகத் தொலைவிலேயே இருக்கும். நீங்கள் இந்த உலகை விட்டுச் செல்லுகிறபோது, நீங்கள் இந்த உலகில் பிறந்தபொழுதில் பெற்றதைவிடச் சிறந்த தான மகிழ்ச்சியினைப் பெற முடியாது; இந்த உலகில் நீங்கள் வாழ்ந்தபோது பேரொளியும் பெரு மகிழ்ச்சியும் கலந்த ஒரு உயரிய இடத்தைப் பெற்றதாக ஒரு சரித்திரத்தை நீங்கள் படைத்துவிட்டு இந்த உலகிலிருந்து பிரிய முடியாது.

நீங்கள் உடல் அல்ல

ஹிந்து தத்துவத்தின் மையக் கேள்விகளாக இவை இருந்து வருகின்றன. தன்னையே உணர்ந்து கொள்ளும்

அவசியமான அறிவினைப் பெறுவதற்காக இந்த உலக வாழ்க்கை முறையாக பயன்படுத்தப் படவேண்டும் என்பதற்காக முற்கால ஞானியர்களும் நவயுக ஆசார்யர்களும் மனிதனிடத்தில் ஒரு விழிப்புணர்வைத் தோற்றுவிக்க எப்போதும் முயன்று வந்திருக்கிறார்கள். தான் இந்த உடல் என்று அறியாமையிலும், அறிவீனத்திலும், முட்டாள் தன்மையிலும் உழலும் ஒருவன் நினைக்கிறான். ''நான் ஐந்து அடி ஒன்பது அங்குல உயரம் வளர்ந்திருக்கிறேன். நான் இத்தனை பவுண்டு எடையுடன் இருக்கிறேன். எனக்கு இவ்வளவு வயது ஆகிறது...''—என்பது போலத்தான் ஒவ்வொரு மனிதனும் தன்னைப்பற்றி எண்ணிக்கொண்டிருக்கிறான். அழியக்கூடிய இந்த எலும்புக் கூட்டுடன், முரட்டுத்தனமாகப் பிணைக்கப்பட்டுள்ள இந்த தசை மற்றும் தோலுடன் மனிதன் தன்னை சமமாக சம்பந்தப்படுத்திக் கொள்ளுவதைவிடப் பெரியதான அறியாமையோ, குருட்டுத்தனமோ அல்லது முட்டாள்தனமோ வேறு எதுவும் இருக்கமுடியுமா? இந்த பூத உடல் அழியக்கூடிய உணவினால் உருவாக்கப்பட்டது. அது தவிர வேறு என்ன? உணவு கொடுத்தால் இந்த உடல் வளருகிறது. உணவை மறுத்தால் இந்த உடல் அழிந்துவிடுகிறது. இதுவா உங்கள் நிலை. இந்த வெறுக்கத்தக்க பொருளா நீங்கள்? தாமே அழியக்கூடிய பொருள்களைச் சார்ந்ததா உங்கள் நிலை? ஆனால் பெரும்பாலான மக்கள் இதுதான் உண்மை நிலை என நினைக்கின்றனர்.

நீங்கள் இந்த உடல் அல்ல. இந்த உடல் சிறிது காலத்துக்கு முன் வந்தது. அது விரைவில் சிதைந்து அழிந்துவிடும். அதன் தலைவிதி அது. நீங்கள் இந்த உடல் அல்ல; நீங்கள் இந்த உடலாக இருக்க முடியாது, நீங்கள் அழியக் கூடியவர் என்று ஒருபோதும் எண்ண முடியாது. நீங்கள் அழியப் போகிறீர்கள் என்ற கருத்து எண்ணிப் பார்க்க முடியாத ஒன்று. இத்தகைய கருத்து எண்ணத்துக்கு வராதது; எண்ண முடியாதது. ஏனெனில் உங்கள் இயல்பு அத்தகையது. ''நான் நிலைபெற்று

இருக்கவில்லை'' என்று ஒரு வாதத்துக்காகக்கூட நீங்கள் சொல்ல உங்களை உங்கள் மனச்சாட்சி ஒருபோதும் அனுமதிக்காது. அந்தக் கருத்துக்கு அப்பாற்பட்ட நிலையில் நீங்கள் இருப்பதனை நீங்கள் உணருகிறீர்கள்.

ஒருவர் தன்னைத் தனது உடலாகக் கருதுவது தவறு, குருட்டுத்தனம், சிந்திக்காத் தன்மையுடையது. உடல் என்பது உங்களின் புறத் தோற்றம். சாதாரணமாக ஒரு சாய்வு மேஜை அல்லது நாற்காலியைப் பார்த்து நீங்கள் பேசுவது போலவே இந்த உடலையும் பார்த்துப் பேசலாம். ஆகவே இந்த உடல் ஒரு ஞானியாக இருக்க முடியாது. ''எனது உடல், எனது கைகள், எனது பாதங்கள், எனது தலை'' என்று நீங்கள் சொல்லலாம். நீங்கள் உங்கள் உறுப்புக்களை இழந்தாலும், உங்களை இழந்ததாகக் கருதமாட்டீர்கள். உங்கள் உறுப்புக்களை இழப்பதால் உங்கள் தன்மையில் எந்த அம்சமும் குறைந்துவிடாது. நீங்கள் பத்திரமாக, பாதிக்கப்படாமல் இருப்பதாகவே உணருவீர்கள். முடிவில், உங்கள் உணர்வின் வெறும் வடிவமாக இருக்கிற இந்த உடலைப் புரிந்துகொள்ளக் கூடியவராக நீங்கள் இருப்பதாகக் கருதுகிறீர்கள்.

நீங்கள் மனம் அல்ல

புலன்களைச் சார்ந்திருப்பதாக உணர்வு இருக்க முடியாது. பார்த்தல், நுகருதல், ருசித்தல், தொட்டு உணர்தல், கேட்டல் ஆகிய பணிகளைச் செய்கிற புலன்கள் மற்றும் இவற்றை இயக்கிக்கொண்டு மூளையில் இருக்கும் புலன்களின் கேந்திரம் இவற்றின் ஒட்டுமொத்த வடிவமா நீங்கள்? உங்களுக்கு காது சரியாகக் கேட்கவில்லை என்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். காது சரியாகக் கேட்காத காரணத்தால் நீங்கள் உங்கள் தனித்தன்மையை இழப்பதில்லை. அதுபோலவே உங்கள் பார்வை, நுகர்ச்சி ஆகியவற்றில் ஏற்படும் குறைபாடும் உங்கள் தனித்தன்மையை இழக்கச் செய்வதில்லை. நீங்கள் ஆழ்ந்து உறங்கும் போது உங்களின் பத்துப் புலன்களும் முற்றிலும்

செயலற்று இருக்கும்போது, சவமாக அவை கிடக்கிற போது நீங்கள் இன்னும் இருக்கிறீர்கள். நீங்கள் இன்னும் தொடர்ந்து இருப்பதை உறுதிப்படுத்துகிறீர்கள். நீங்கள் விழித்து எழும்போது, "நான் உறங்கச் சென்றேன், இப்போது எழுந்து வந்துள்ளேன். நான் நன்ருக உறங்கினேன் என்று என்ருல் சொல்ல முடியும்" என்று கூறுகிறீர்கள்.

நீங்கள் ஆழ்ந்த உறக்கத்தில், கனவற்ற உறக்கத்தில், உடலின் உணர்வும் வெளிஉலக உணர்வும் இல்லாத போது, மனம் செயலற்றிருக்கிறபோது தொடர்ந்து நிலைபெற்றிருக்கிற இந்த 'நான்' எது? இந்த உடல் முற்றிலும் செயலிழந்து இருக்கிறபோது, புலன்களும் மனமும் செயல்படாதபோது, புத்திவேலைசெய்யாதபோது நீங்கள் நிலைபெற்று இருக்கிறீர்கள். நீங்கள் தூக்கத்திலிருந்து எழுந்ததும் நீங்கள் உங்கள் தன்மையின் உணர்வு என்னும் இழையைப் பற்றிக்கொண்டு, அது அறுபடாதிருப்பதை வலியுறுத்தி, "நான் உறங்கினேன். நன்கு ஓய்வு எடுத்தேன். இப்போது விழித்து உற்சாகமாக வந்திருக்கிறேன்" என்று கூறுகிறீர்கள். இந்தப் புலன்களும், மனமும், புத்தியும் செயல்படாதபோதும் நீங்கள் தொடர்ந்து நிலைபெற்று இருப்பதாகக் கருதுகிறீர்களே; நீங்கள் இப்படி எண்ணுவதற்குக் காரணமாக இருப்பது எது? உங்களுக்கு மறதி என்னும் நோய்வந்து முழுமையாக நினைவின்மை உங்களுக்கு ஏற்படுமானுல் உங்களின் முன் தன்மை பற்றிய முழுநினைவும் உங்கள் உணர்விலிருந்து அகன்றுவிட்டாலும் (கரும்பலகையில் எழுதப்பட்ட ஒன்று அழிக்கப்பட்டதுபோல) நீங்கள், "எனக்குத் தெரியாது" அல்லது "எனக்கு நினைவில்லை" என்று சொல்லுவீர்கள். 'நான்' 'எனது' என்னும் விழிப்புணர்வு மறையவில்லை. மிகமுக்கியமான நினைவு உட்பட அனைத்து அம்சங்களுக்கும் அப்பாற்பட்டு நிற்கிற இந்த 'நான்' என்ற உணர்வு எது?

'நான்' 'எனது' என்ற பிரபஞ்ச உண்மை

நீங்கள் ஆழ்ந்து சிந்தித்துப் பார்த்தால், இந்த 'நான்' நீங்களாக இருக்கும் அது, மனித குலம் முழுவதற்கும், உலகில் உள்ள உயிர்களனைத்துக்கும் அதாவது பிரபஞ்சத்துக்கு அருகாமையில் உங்களை அழைத்துச் செல்லுகிறது. பல்வேறு தேசத்தையும், பல்வேறு இனங்களையும், பல்வேறு மதங்கள், நம்பிக்கைகள், சாதிகள் ஆகியவற்றைச் சார்ந்தவர்களையும் எண்ணிப் பாருங்கள். ஒவ்வொருவரும் பெயர், உருவம், மொழி, எண்ணம், அமைப்பு, நிறம், நம்பிக்கை, உடை, உணவு உட்கொள்ளும் பழக்கம், தண்ணீர் குடித்தல் உறங்குதல், சுருங்கச் சொன்னால் அனைத்திலும் முற்றிலும் வேறுபட்டவர்களாக இருக்கிறார்கள். இப்படி முற்றிலும் வேறுபட்டிருக்கும் அனைவரும் 'நான்' 'நான்' 'நான்' என்றும் 'எனது' என்றும் கூறுகிறார்கள். இப்படிச் சொல்லுகிற ஒருவன் ஆப்பிரிக்க ஹொட்டன்டாட்டாவாகவோ, அலாஸ்காவின் எஸ்கிமோவாகவோ, ஒரு மலேஷியனாகவோ, அரேபிய வாசியாகவோ, ஐரோப்பாவைச் சார்ந்த அன்பராகவோ, ஒரு கனடியனாகவோ, ஒரு ஹிந்துவாகவோ அல்லது ஒரு புத்த மதத்தினராகவோ இருக்கலாம். ஆனால் அனைவருமே ஒருமுகமாக 'நான்' என்று கூறுகின்றனர். ஆகவே இந்த 'நான்' 'எனது' என்பவை இவர்களைப் பிரித்து வேறுபட்டவர்களாகக் காட்டுகிற மற்றவற்றைப் போன்றவை அல்ல. இது நிச்சயமாகப் பொதுவான பிரபஞ்ச உண்மை. இதுதான் மனித குலம் முழுவதையும் அருமையான ஒருமைப் பாட்டில் இணைத்து வைத்திருக்கிறது.

தவறான ஈடுபாடு பிரபஞ்ச ஒற்றுமையைக் குலைக்கிறது

ஒவ்வொருவரும் 'நான்', ''நான் இருக்கிறேன்'' என்று சொல்லுவதை நாம் பார்த்திருக்கிறோம். இது முற்றிலும் சரியே. ஒவ்வொருவரும் உலகில் உள்ள மற்றவர்

களுக்குச் சமமானவர்களே. ஆனால் இரண்டாவது சொல்லைச் சொல்லுகிறபோது மனிதன் தனது அறியாமையை வெளிப்படுத்துகிறான். "நான் ஒரு அமெரிக்கனாக இருக்கிறேன்" என்று அவன் சொல்லுகிறான். "நான் ஒரு கனடியனாக இருக்கிறேன்", "நான் ஒரு ஹிந்துவாக இருக்கிறேன்", "ஒரு குடியரசுக்காரனாக இருக்கிறேன்" என்றெல்லாம் மனிதன் கூறுகிறான். "நான் இருக்கிறேன்" என்பதுடன் அவன் எதனையெல்லாம் சேர்க்கின்றானோ அதுவெல்லாம் அவனது உணர்வை ஒரு எல்லைக்கு உட்படுத்துகிறது. ஒரு ஒருமை உணர்வை அது தோற்றுவிக்கிறது. ஆக, நீங்கள், "நான் இருக்கிறேன்" என்று சொல்லும்போது மனிதகுலத்துடன் ஒன்றி விடுகிறீர்கள். ஆனால் "நான் இப்படிப்பட்ட தன்மையுடையவன்", "நான் இந்த நாட்டைச் சார்ந்தவன்" என்று சொல்லுகிறபோது நீங்கள் மற்ற மனிதர்களிடமிருந்து உங்களைப் பிரித்துக்கொண்டு அவர்களுக்கும் உங்களுக்குமிடையே ஒரு தடைச் சுவரை எழுப்பிக் கொள்ளுகிறீர்கள். அவர்களுக்கு நேர்மாறானவராக ஆகிறீர்கள். நீங்கள் உடனடியாக உலகின் பிறபாகத்துடனான உங்கள் தொடர்பை துண்டித்துக் கொள்ளுகிறீர்கள். மற்றவர்களை உங்களுக்கு எதிரியாக, விரோதியாகப் பார்க்கிறீர்கள். இது உங்களுக்கே கேடு விளைவிக்கக் கூடியது என்பது மிகவும் துயரமான செய்தியாகும். இங்குதான் மிகப்பெரிய அறியாமை உள்ளது. இங்குதான் கருத்துத் தெளிவு ஏற்படவேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது; உங்களது புத்திசாலித்தனத்தைப் பயன்படுத்த வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது.

உங்களது புத்திசாலித்தனம் உங்களது நண்பனாக, தோழனாக இருக்குமானால், அதனை மிகப் பெரிய தொண்டுக்குப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். அதனை மிகவும் தூய நிலையில், கீழான புலன்கள், ஆசை கொள்ளும் இயல்பு இவற்றில் பசியும் ஈடுபாடும் கொள்ள வைக்கும் தனிப்பட்ட விருப்பு வெறுப்புகளாலும் மாயை

யாலும் இருட்டடிப்புச் செய்யப்படாத நிலையில் பயன் படுத்திக் கொள்ளலாம். உங்களது புத்தி, உங்களது தூய பகுத்தறிவு, மற்றும் புரிந்துகொள்ளும் ஆற்றல் ஆகியவை கீழான இயல்பில் சிக்கிக்கொண்டால் புத்தியின் சுதந்திரம் இவ்வாறு பறிபோகுமானால், "நான் இருக்கிறேன்" என்ற தூய உணர்வு களங்கப்படுத்தப்படும். வாழ்வு முழுவதும் பிரபஞ்ச ஒருமை உணர்வு இழக்கப்படுகிறது. புத்தி, உங்களை மற்றவர்களிடம் பற்று, சுயநலம், ஆசை, வெறுப்பு, கோபம், பொறுமை, அழுக்காறு, சில்லறைத் தனம், அற்பத்தனம், கொடுமை, கடுமை ஆகிய இயல்பு களுடன் நடந்துகொள்ளுமாறு செய்வதன் மூலம் உங்களை பெருந் தொல்லைக்கு ஆளாக்குகிறது. புத்தியின் வக்கிர மான வேலையினால் இத்தகைய தூய்மையற்ற குணங்கள் உங்களிடத்தில் ஏற்படுகின்றன. ஒரு பிளவு மனப் பான்மை தோற்றுவிக்கப்படுகிறது; தனிப்பட்ட மனிதன் தன்னை ஒரு சிறு எல்லைக் கோட்டுக்குள் அடைத்துக் கொள்ளுமாறு சூழ்நிலை உருவாக்கப்படுகிறது.

மீண்டும், 'நான் இருக்கிறேன்' என்ற நிலை நீங்கள் இந்த பிரபஞ்சத்துடன் ஒன்று கலக்குமாறு செய்கிறது. ஆனால் 'நான் மனிதனாக இருக்கிறேன்' என்று சொல்லு வதன் மூலம் நீங்கள் ஒரு குறிப்பிட்ட இனத்துக்கு, மனித இனத்துக்கு உங்களை சம்பந்தப்படுத்திக் கொள்ளுகிறீர் கள். "நான் அந்தப் பிராணி அல்ல" என்று நீங்கள் எண்ணுகிறீர்கள். "அந்த நாயை உதைத்துத் தள்ளு" "அந்த எலியைக் கொன்றுவிடு", "அந்த மூட்டைப் பூச்சியை நசுக்கு" "அந்த முயலைச் சுட்டுத் தள்ளு" என்று நீங்கள் கூறுகிறீர்கள். மற்ற உயிரினங்களிலிருந்து இவ்வாறு நீங்கள் உங்களை வேறுபடுத்திக் கொள்ளுகிறீர் கள். "நான் மனிதனாக இருக்கிறேன்" என்று நீங்கள் சொல்லிய பிறகு "நான் வெள்ளையனாக இருக்கிறேன்" என்று கூறுகிறீர்கள். வெள்ளையர் அல்லாத மற்ற அனைவரும் உங்களுக்கு அன்னியர்களாகத் தோன்று கின்றனர். நீங்கள் அங்கு ஒரு தடைச் சுவரை எழுப்பு

கிறீர்கள். ஆனால் விஷயம் இத்துடன் முடியவில்லை. நீங்கள் குறுகிய மனப்பான்மை கொண்டவர்களாக ஆகிறீர்கள். ''நான் ஒரு பிரெஞ்சுக்காரனாக இருக்கிறேன்'' என்றோ அல்லது ''நான் ஒரு அமெரிக்கனாக இருக்கிறேன்'' என்றோ ''நான் ஒரு பாரசீக தேசத்தவனாக இருக்கிறேன்'' என்றோ அல்லது ''நான் ஒரு நியூயார்க்வாசியாக இருக்கிறேன்'' என்றோ கூறுகிறீர்கள். உங்கள் இதயம் விஸ்தாரமடைந்திருப்பதற்கு பதிலாக குறுகிச் சிறுத்துப் போயிருக்கிறது. நீங்கள் உங்கள் உணர்வைக் குன்றச்செய்து, உங்கள் ஜீவனுக்குரிய பிரபஞ்சத் தன்மையின் உங்களது உண்மை உணர்வின், உங்களது இயற்கையான ஆன்மீக சாரத்தின் குரல்வளையையே நெறித்து மூச்சுத் திணறச்செய்கிறீர்கள். இதுவே மரணம். உங்கள் உணர்வினை சிறுசிறு வட்டங்களுக்குள் கொண்டுசெல்லுவது வாழ்வின் அடித்தளத்துக்குச் சென்று அதனைத் தீர்த்துக்கட்ட முயற்சிப்பதாக ஆகும். வாழ்க்கையின் ஊற்று பிரபஞ்சம் எங்கும் பெருக்கெடுத்துப் பாய்கிறது. ஆனால் நீங்கள் உங்களைத் தடுத்துநிறுத்திக் கொள்ளுவதன் மூலமும், உள் அமைதிக்கு முட்டுக்கட்டை போடுவதன் மூலமும் அதன் இயற்கையான, இயல்பான ஓட்டத்தைத் தடுத்து நிறுத்துகிறீர்கள். தோன்றிமறையும் தோல்நிறம், நம்பிக்கை, வகுப்பு அல்லது சாதி முதலிய வற்றுடன் உங்களைச் சம்பந்தப்படுத்திக் கொள்ளுவதன் மூலம் நீங்கள் இந்த பிரபஞ்சத்தின் பரந்துவிரிந்திருக்கும் தன்மையையும் உயர்வையும் – இது உங்களுடையது – இழந்துவிடுகிறீர்கள். உங்களது உயரிய உண்மை நிலையினை நீங்களே உதறித்தள்ளுகிறீர்கள். இப்போது நீங்கள் உங்களது உண்மை நிலையைப் புரிந்துகொள்ள வில்லை. ஆனால் உங்களது உண்மைத் தன்மையின் பொய் நிழலை, அரைகுறையாகவும், உருக்குலைந்தும் உள்ள நிலையினைத்தான் நீங்கள் இப்போது அறிந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். பிறகு நீங்கள் கண்ணீர்விட்டுக் கதறுகிறீர்கள். வாழ்க்கை விதிமுறைகளுக்கு மாறான உங்கள் போக்கே இதற்குக் காரணம்.

பரந்த நிலையே பரமானந்தம். ஒருமையே பரமானந்தம். உங்களது குறுகிய உணர்விலிருந்து நீங்கள் வெளிப்படுவது நீங்கள் அச்சமற்றவராக ஆவது ஆகும் நீங்கள் உங்களது தனித்தன்மையை எந்த அளவுக்குக் குறுகியதாக ஆக்கிக் கொள்ளுகிறீர்களோ அந்த அளவுக்கு விளைவுகள் பெரிதாக இருக்கும். அச்சம், கருத்து வேறுபாடுகள், பகை, வெறுப்பு தோன்றும். வாழ்வுக்கு மிகவும் தேவையான அமைதி இல்லாது போகும். உணர்வு இப்படி குறுகிப் போய் அன்புக்கு வேலி கட்டினால் மகிழ்ச்சி எப்படித் தோன்றும்? அன்பு தான் மனிதர்களிடத்தில் ஒளியையும் மகிழ்ச்சியையும் ஏற்படுத்துகிறது.

நிலைபேறு—விழிப்புணர்வு—பேரானந்தம் எல்லாம் நீயே

இப்போது இந்த அளவுக்கு விஷயம் தெளிவாகிறது. ‘‘நான் இருக்கிறேன்’’ என்று நீங்கள் சொல்லும்போது, உங்களது நிலைபேற்றை நீங்கள் வலியுறுத்துகிறீர்கள். இந்த நிலைபேறு உங்களது இயல்பு. இது என்றும் நீடித்திருக்கக் கூடியது. இந்த நிலைபேறு அழிக்க முடியாதது. ஏனெனில் இது உடலைப்போல பஞ்ச பூதங்களால் உருவாக்கப்பட்ட ஒன்று அல்ல. மேலும் இது, உடல்போன்று அவசியமற்ற பொருள்களைப் போன்றது அல்ல. அவற்றிலிருந்து வேறுபட்டு இது தனித்து நிற்கிறது. இது மாறாதது. மனம் தொடர்ந்து மாறி வருகிறது. பழைய கருத்துக்களைக் களைந்து புதிய கருத்துக்களை ஏற்றுக்கொள்ளுகிறது. மனம் எப்போதும் அலைபாய்ந்து கொண்டே இருக்கிறது. மனம் எப்போதும் மாறிக்கொண்டும் ஓடிக்கொண்டும், அலைபாய்ந்து கொண்டும் இருக்கிற இந்த மனம், ஒரு நிலையான அம்சமாக இருக்க முடியாது. என்றைக்கும் நீடித்திருக்கும் அம்சம் நிலைபேறுதான். அழிக்கமுடியாத சிதைக்க முடியாத நிலைபேற்றின் உருவமாக நீங்கள் இருக்கிறீர்கள். என்றும் நீடித்திருக்கும் வாழ்வு, தங்களின் உண்மையான, அத்தியாவசிய ஜீவன் இது உங்கள் இயல்பு.

மேலும், நீங்கள் விழிப்புணர்வாகவும் இருக்கிறீர்கள். நீங்கள் இயக்கமற்றவரோ, உணர்வற்றவரோ அல்ல. நீங்கள் உங்களது நிலைபேற்றை அறிந்து கொண்டிருப்பதால், உங்களிடத்தில் அறிவு இருக்கிறது என்பது தெளிவு. நிலைபேற்றை நீங்கள் உணர்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். அறிந்து வைத்திருக்கிறீர்கள். உங்களைப்பற்றி நீங்கள் நன்கு அறிந்துகொண்டிருக்கிறீர்கள்.

நிலைபேறு, விழிப்புணர்வு, பேரானந்தம் எல்லாம் நீங்கள்தான். நீங்கள் உங்களைத் தூய நிலைபேறாகவும் விழிப்புணர்வாகவும் அறிந்துகொள்ளுகிறபோது, நீங்கள் தொடர்ந்து கிளர்ச்சியுறுமாறு உங்களைத் தூண்டுகிற ஒன்று அல்ல என்று நீங்கள் புரிந்து கொள்ளுகிறபோது, உங்கள் ஜீவனின் அடித்தளத்தில் உள்ளதும், அழியக் கூடியதுமான குறைபாடுகள், முறை கேடுகளிலிருந்து நீங்கள் முற்றிலும் விடுபட்டு வெளியேறுகிறீர்கள்.

அனைத்துவேதனைகளும், கவலைகளும், அச்சமும், வருத்தமும், தொல்லையும் இந்த உடலுக்குத்தான். வேதனையை அனுபவிக்கவேண்டியது உடலின் விதியாகும். கவலை, ஏமாற்றம், பொறுமை, ஆசை, விருப்பம், மகிழ்ச்சி, துன்பம், அச்சம், அன்பு ஆகிய அனைத்தையும் அனுபவிக்கவேண்டியது மனத்தின் விதியாகும். நீங்கள் இந்த உடலிலிருந்தும், மனதிலிருந்தும் வேறுபட்டுத் தனித்து நிற்பதாக உணர்ந்துகொண்டீர்கள் என்றால், வாழ்வின் அடித்தளத்தில் உள்ள இந்த குணங்கள் உங்களை பாதிக்கவோ அல்லது தொடவோ நீங்கள் எப்படி அனுமதிக்க முடியும்? உங்களிடம் கவலை இல்லை; வேதனை இல்லை; ஏமாற்றம் இல்லை; விருப்பம் இல்லை; வெறுப்பு இல்லை. மனதையும், புத்தியையும் களங்கப்படுத்துகிற எதுவும் உங்களிடத்தில் இல்லை. இவ்வாறு நீங்கள் நிச்சயமாக மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கிறீர்கள். உங்கள் உண்மைத் தன்மை பேரானந்தம், நிலைபேறு - விழிப்புணர்வு - பேரானந்தம் அனைத்தும் நீங்கள்தான். 'நான் இருக்கிறேன்'

என்பது உங்களது ஜீவனின் உடல் மற்றும் மனம் சம்பந்த மான தன்மைகளிலிருந்து முற்றிலும் மாறுபட்டது. மேலும் அவற்றின் கறைகள் மற்றும் குறைகளிலிருந்து விடுபட்டிருப்பது. நீங்கள் பேரானந்த இயல்பு உடையவர் கள். நீங்கள் வாழ்க்கையின் அடித்தளத்தில், மனிதன் என்ற முறையில் இன்னல்களையும், மாற்றங்களையும், சுக துக்கங்களையும் எவ்வளவுதான் அனுபவித்திருந்தாலும் இந்தப் பேரானந்தத்தை எதுவும் பாதிக்காது. இத்தகைய அனுபவங்கள் மனம் செல்லுகிறவரையில், நீங்கள் அனுமதித்தால் – புத்தி செல்லுகிறவரையில், ஏற்படு கின்றன. ஆனால் அவை உங்களை எதுவும் செய்ய முடியாது. அவை உங்களைச் சிறிதும் அணுகமுடியாது. ஏனெனில் நீங்கள் உண்மையான நிலைபேருக – விழிப் புணர்வாக – பேரானந்தமாக இருக்கிறீர்கள். நிலையான, பூரணமான, களங்கப்படுத்தப்பட முடியாத, மாற்ற முடியாத தன்மையில் இருக்கிறீர்கள். இத்தகைய உங்களது நிலையை நீங்கள் அறிந்துகொள்ளுங்கள். தனி மனிதனின் உண்மை இயல்பு இதுவேதான்.

நீங்கள் இப்போதும் தெய்வமாக இருக்கிறீர்கள்

இதனை அறியும் உன்னத ஒளிபெற்றுத்திகழும் ஆன்மா வின் இயல்பு இது. புத்திசாலியாகவும், சிந்திக்கும் திறம் கொண்டவனுகவும் உள்ள மனிதன் அடிக்கடி ஆச்சரியத்தில் மூழ்குகிறுன். இந்த இயல்பு சிலசமயங் களில் அவனுக்குப் புரிவதாகத் தெரிகிறது. அடுத்த சில வேளைகளில் அவனுக்கு இது புரியாததாகத் தோன்று கிறது. படிக்காத, சிந்திக்கத் தெரியாத மனிதனின் இயல்பும் இதுதான். ஒரு பேதை மற்றும் ஒரு முட்டாளின் இயல்பும் இதுதான். நீங்கள் உங்களுக்குள்ளே எந்த விதமான ஆன்மீக விழிப்புணர்ச்சியின் வெளிப்பாட்டை, முன்னேற்றத்தைக் கண்டிருந்தாலும், உண்மையில் நீங்கள் நிலைபேருக — விழிப்புணர்வாக — பேரானந்த மாகவே இருக்கிறீர்கள். இந்த நேரத்திலும் இதுவே

உங்கள் நிலை. உங்களின் இந்த இயல்பை எதுவும் அபகரித்துவிட முடியாது.

இந்த அறிவுதான் உங்களின் சிறப்பான செல்வம். இது செல்வத்தில் தலையாய செல்வம். நீங்கள் வெளிப்படுத்த வேண்டியது இதுதான். இதனை உணர்ந்து கொள்ளவே நீங்கள் இங்கு வந்திருக்கிறீர்கள். நீங்கள் உங்களை அறிந்துகொள்ளவே இங்கு வந்திருக்கிறீர்கள். இந்த உண்மை உங்களை விடுவிக்கும். உண்மையில், நீங்கள் எப்போதும், இப்போதும் கூட விடுதலை—சுதந்திரம் பெற்றுத்தான் விளங்குகிறீர்கள். இந்த உண்மை மறைக்கப்பட முடியாதது. இது உங்களின் நிலைபெற்ற தன்மை. நீங்கள் இதனை அறிந்து கொள்ளவில்லை என்பதற்காக, இந்த நிலைபேற்றின் முழுமைத் தன்மையில் ஒரு சிறிதும் குறைந்துவிடவில்லை.

உங்கள் ஜீவனின் இந்த உண்மையை நீங்கள் எண்ணிப்பார்க்க வேண்டும். மனதிற் கொள்ளவேண்டும். இதனை நீங்கள் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக, உங்கள் வாழ்வு உள்ளுறையும் இந்த உண்மை நிலையினை வெளிப்படுத்துவதாக அமைய வேண்டும். மனிதன் என்ற முறையில் உங்களிடத்தில் உண்மையான பேரானந்த இயல்பும், உங்களுக்குச் சம்பந்தமில்லாத இயல்பும் இருக்கின்றன. ஆயினும், உங்கள் வாழ்வு, உண்மையான பேரானந்த இயல்பினை இயற்கையாக வெளிப்படுத்துவதாக அமையவேண்டும். உண்மையில் உங்களுக்குச் சம்பந்தமற்ற, பொய்யான துவக்கமும் முடிவும் கொண்ட, கறையுடையதும் அழியக் கூடியதுமான இயல்பினை உதறித் தள்ளிவிட்டு நீங்கள் ஓடிவிட முடியாது.

உங்களது உண்மையான, அவசியமான இயல்பு, பிரபஞ்ச விழிப்புணர்வு ஆகும். மக்கள் இதனை கடவுள் என்கின்றனர், இதனைப் பரம்பொருள் என்று கூறிப் பல

பெயர்களில் – அல்லா, ஜெஹோவா, ஈஸ்வரன், பிரம்மம், பரமபிதா என்று கூறி வழிபடுகின்றனர். நீங்கள் இதற்கு என்ன பெயர் கொடுக்கிறீர்கள் என்பது முக்கியமல்ல, இது கடவுள் என்ற ஞானம்தான் முக்கியம். இந்தக் கடவுள் பரம்பொருள், எல்லையில்லாதவர், காலங்களைக் கடந்த நிலைபேறுடைய பூரணன். அவர் பிரபஞ்சம் முழுவதும் நிறைந்திருக்கிறார். மனித இனம் முழுவதையும் பிணைக்கின்ற ஒரு பொதுவிழிப்புணர்வாக இருக்கிறார். பிரபஞ்சம் முழுவதிலும் மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்துகிறார். அவர் மகத்தான, தவறாத, என்றும் வற்றாத ஊற்றாக உள்ள மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறார்.

நீங்கள் இத்தகைய அத்தியாவசிய இயல்பு உடையவர். எல்லையிலா மகிழ்ச்சி, பேரானந்தம் மற்றும் ஞானமாக விளங்கும் இந்த இயல்புடன் நிலையாக உங்களை இணைத்துக்கொண்டிருக்கிறீர்கள். நீங்கள் இதனை உணர்ந்துவிட்டால், உங்கள் வாழ்வு முழுவதும் அன்பு, பேரானந்தம், மகிழ்ச்சி, அமைதி, சாந்தம் ஆகியவை சுடர்விட்டுப் பிரகாசிக்கும். நீங்கள் உண்மையில் எத்தன்மையானவர் என்பதை ஒவ்வொரு நாளும் உணர்த்துங்கள். கடவுளை மையமாகக்கொண்டு வாழ்க்கையை நடத்துங்கள். புல்லின் நுனியிலும் தூசியின் பொடியிலும், மேகக் கூட்டத்திலும் வாழ்வின் ஒவ்வொரு முறையிலும், செயலிலும் அமைந்துள்ள நிலைபேறு என்னும் தத்துவத்துடன் இரண்டறக் கலந்துவிடுங்கள். அனைவருடன் சமமாகக் கலந்து ஒருமை உணர்வுடன் பழகும்போது மற்றவர்களை எவ்வாறு நீங்கள் புண்படுத்த முடியும்? நீங்கள் எவ்வாறு தவறு செய்பவராக கொடுமையாளராக ஆகமுடியும்? மற்றவர்களை ஏமாற்றுபவராக, பிறர்க்குத் தீங்கு செய்பவராக உங்களை நீங்கள் எப்படி மாற்றிக் கொள்ள முடியும்? பிறரை வெறுக்கவோ பிறர் மீது கோபம் கொள்ளவோ உங்களால் எப்படி முடியும்?

இறைவனோடு நடந்து இறைவனோடு பேசுங்கள்

மனிதனுக்கு தனிப்பட்ட முறையிலும், பொதுவாகவும் இன்று தேவைப்படுவது இந்த நோக்கும் பார்வையும் தான். பேராசிரியர் ஐன்ஸ்டீனிடம் ஒரு பேட்டியில், ''பேராசிரியர் அவர்களே, இந்த உலகத்தை மாற்றுவதற்கு நீங்கள் என்ன செய்வீர்கள்?'' என்று கேட்கப்பட்ட போது, ''பண்பட்ட மக்கள் நமக்கு வேண்டும்'' என்று அவர் பதிலளித்தார். நம்து உண்மை இயல்பை உணர்ந்து நாம் வாழவேண்டும் என்பது இதன் பொருள். ஒரு சிலராவது இனிமேல் உலகாயத வாழ்வில் உழலும் பிராணிகளாக வாழ்வதில்லை என்பதனை உறுதியான தீர்மானமாக, மகத்தான குறிக்கோளாக, வாழ்வின் நோக்கமாகக் கொண்டு தம்மை தெய்வீகத் தன்மை கொண்டவர்களாக உணர்ந்து, தெய்வீக சூழ்நிலையில் எப்போதும் ஒன்றியிருந்தால், உண்மையான முன்னேற்றத்தைக் காணமுடியும். ஒவ்வொரு நாளும் இத்தகைய முறையில் வாழ்க்கையை நடத்துங்கள்.

''நான் என்னை இந்த உடல் என்றோ புலன்கள் என்றோ எண்ணமாட்டேன். ஆசையும், மாயையும் கலந்த தூய்மையற்ற புத்தியாக என்னை எண்ணிக் கொள்ளமாட்டேன். எனது உண்மையான சத்தியமான நிலையினை நான் எப்போதும் உணர்ந்து இருப்பேன்'' என்பதனை உங்கள் வாழ்வின் நோக்கமாகக் கொள்ளுங்கள். இதனை நீங்கள் உறுதியாகக் கடைப்பிடித்தால் உங்கள் வாழ்வு முழுவதும் ஒளி பரவி நிற்கும். உங்கள் இல்லத்தை அது பிரகாசமாக ஆக்கும். நீங்கள் எங்கு சென்றாலும் அங்கு நீங்கள் ஒளியினைக் கொண்டு வருவதாக மக்கள் எண்ணுவர். நோயுற்றவர்கள் குணமடைந்து விட்டதாக உணர்வு பெறுவர். உண்மையைப் பரப்பும் கேந்திரமாக நீங்கள் ஆகிவிடுவீர்கள்.

நீங்கள் தெய்வங்களைப்போல வாழ்வதற்காக இங்கு வந்திருக்கிறீர்கள். தெய்வங்களைப்போல பேசுவதற்காக

இங்கு வந்திருக்கிறீர்கள். தெய்வங்களைப்போல உணரு வதற்காக வந்திருக்கிறீர்கள். உண்மையில் நீங்கள் அனை வரும் தெய்வீகத் தன்மைபெற்ற குழந்தைகள். பரிசுத்த மான, தூய்மையான விழிப்புணர்வுள்ள, ஞானப் பிரகாச மான நிலையில் உள்ள இறைவனுடன் நீங்கள் நிலையாக ஒன்றியிருக்கிறீர்கள். இந்த மகத்தான உண்மைதான் உங்கள் வாழ்வின் மையமாக விளங்கும் உண்மையாகும். ஒவ்வொரு மனித இதயத்துக்கும் இது விலை மதிக்கப்பட முடியாத அரிய சொத்து ஆகும். உள்ளுக்குள் தெய்வீக அமுதத்தைப் பாய்ச்சிக்கொண்டிருப்பதாக உங்களை நீங்கள் உணரவேண்டும். நீங்கள் தெய்வீகக் கண்களைக் கொண்டு காணவேண்டும். கடவுளின் ஸ்பரிச உணர் வுடன் நீங்கள் தொடவேண்டும். உங்கள் இதயத்தில் இறைவனின் இயல்பு ஊற்றெடுத்துப் பாயவேண்டும். அது மனிதகுலம் முழுமைக்கும் அன்பு செலுத்துவதாக அமைய வேண்டும்.

உங்களை நீங்கள் அறிந்துகொள்ளுவது என்பது, நிலை யான மகிழ்ச்சி எனும் பெருக்குடன் உங்களை இணைத்து எண்ணுவதாகும். தியானத்தில், நீங்கள் தெய்வீகத் தன்மைகொண்டவர் என்பதனை உணருங்கள். பிறகு அத்தகைய தியானத்தில் வாழுங்கள். இத்தகைய மகிழ் வூட்டும் விழிப்புணர்வை அறிந்துகொள்ளும் மகத்தான நிலையில் நாளுக்குநாள் வளர்ச்சி அடையுங்கள். இத்தகைய வாழ்க்கை, இறுதியில் உங்களை பிரபஞ்ச விழிப்புணர்வுக்கு அழைத்துச் செல்லுகிறது. பிரபஞ்ச விழிப்புணர்வு அடைவது, பிரபஞ்ச சாரத்தில் நீங்கள் இரண்டறக் கலந்துவிட்டீர்கள் என்பதாக ஆகும். வாழ் வின் மற்ற பணிகளெல்லாம் ஒரு பந்தத்தின்பாற் பட்டவை. நாம் ஒரு சட்டத்துக்குள் நம்மை அடைத்துக் கொண்டிருக்கிறபடியால் மற்ற விஷயங்களை நாம் முற்றிலு மாகப் புறக்கணிக்க இயலாமற் போகலாம். ஆனால் அவை அனைத்தும் நமக்கு இரண்டாம் பட்சமானவை. நீங்கள் உங்களின் உண்மைத் தன்மையை உணர்ந்துகொள்ளாமல்

வாழ்வின் மற்ற 'நோக்கங்களை' நிறைவேற்றிக் கொள்ளச் சென்றால் உங்கள் வாழ்வு வீணாகி விடும். ஆனால் தங்களால் இயன்ற அளவுக்கு இந்த ஒரு உண்மையானது கடைப்பிடிக்கப்படுமானால், உங்கள் சொந்த அனுபவமாக அறிந்து உணர்ந்து அடையப்படுமானால்,' மற்ற நோக்கங்களை நீங்கள் எவ்வாறு நிறைவேற்றிக் கொள்ளுகிறீர்கள் என்பதுபற்றிக் கவலையில்லை – நீங்கள் உங்களது வாழ்க்கையை முழுமையாக, புகழுடன், வெற்றிகரமாக நடத்துவீர்கள். இந்த வாழ்வில் உங்களுடன் இணைந்து வாழுகிறவர்களுக்கு உங்களிடமிருந்து விவரிக்க இயலாத அளவுக்கு வாழ்த்துக்கள் கிடைக்கும்.

அழியக்கூடிய உங்களது நிலையின் ஒரே நோக்கம் தெய்வீக வாழ்க்கையை நடத்துவதுதான். உங்களது ஜீவன் தெய்வீகத் தன்மையிலிருந்து கொணரப்பட்டது. இந்த உங்களது நிலையிலும்கூட உங்களது வாழ்வு தெய்வீகத்தால் வழிநடத்தப்படட்டும். உங்களது இறுதிக் குறிக்கோள், நிலையான தெய்வீகத் தன்மை. வாழ்க்கை புகழுக்கு இட்டுச் செல்லுகிறது. அந்தப் புகழுடன் வாழ்க்கை நடத்தப்படட்டும். உங்கள் வாழ்வில் உன்னதமான பூரணத்துவம் நிறைந்திருக்கட்டும். பேரானந்தம், சத்தியம் ஆகியவை மட்டுமே உங்களது அனுபவமாக இருக்கட்டும். நாம் வாழும் இந்த உலகில் நீங்கள் விட்டுச் செல்லுபவையாக அமைதி, சாந்தம், அன்பு ஆகியவை அமையட்டும். உங்களை நீங்களே அறிந்து கொள்ளுங்கள். தெய்வீகத் தன்மையுடன் விளங்குங்கள். தெய்வீகப் பேரானந்த நிலையினைப் பெற்றுச் சிறப்படையுங்கள்.

6. வாழ்க்கையில் உங்களது உண்மையான நோக்கம்

புகழ்மிகு அமர ஆத்மாவே! உனக்கு முன்பாக உள்ள இந்த பிரபஞ்சம் முழுவதற்கும் பின்னால் நிலையான

உண்மை நிலவுகிறது. நாமறியும் உலகில் காணப்படும் பெயர்களுக்கும் வடிவங்களுக்கும் பின்னால் ஒரு முக்கியமான உண்மை பொதிந்திருக்கிறது. இந்த உண்மை நிலை பேரானந்தம் மற்றும் திருவருளின் இயல்பான தன்மையுடன் விளங்குகிறது. இந்த நிலை இடையூறு இல்லாத சுதந்திரம்; எல்லையில்லா அமைதி, அளவிலா அறிவு, விவரிக்க முடியாத பேரானந்தம். இந்த மகிழ்ச்சிக்கு இணையானதாக உலகில் எதனையும் எந்த வகையிலும் குறிப்பிட முடியாது. அந்தப் பேரானந்தம், சுதந்திரம், அமைதி, ஞானம் மற்றும் மகிழ்ச்சி ஆகியவை உங்களது அத்தியாவசியமான, என்றும் நீடித்திருக்கும் நிலை ஆகும். உங்களது உண்மையான உறைவிடம் இதுதான். நீங்கள் இறுதியாக அடையவேண்டிய நிலை இதுதான். இந்த நிலையை நீங்கள் அடைய வேண்டும். உங்கள் வாழ்வு இதனைத்தான் தனது குறிக்கோளாகக் கொண்டிருக்கிறது. நீங்கள் இந்த உண்மை நிலையினை உணர்ந்துகொள்ளுவதற்காக இந்த வாழ்வு உங்களுக்குத் தரப்பட்டிருக்கிறது இந்த உலகியல் வாழ்வு உங்கள் மீது சுமத்தும் கவலைகள், துன்பங்கள், வரையறைகள் ஆகியவற்றை முழுமையாகக் கடந்துசெல்லும் சக்தியை, உண்மை நிலைபற்றிய இந்த உணர்வுதான் உங்களுக்கு அளிக்கிறது. சுருங்கச் சொன்னால், உங்கள் வாழ்வின் குறிக்கோள் பரம்பொருளை உணர்ந்துகொள்ளுவதுதான். இந்த சாதனைதான், இந்தச் சாதனைமட்டுமே உங்கள் வாழ்வின் மையமாக அமைந்துள்ள நோக்கமாகும். இந்தப் பூவுலகில் மனித வாழ்க்கையை, அதன் வெறுக்கத்தக்க தன்மை, இழிவான தன்மை, துன்பம் ஆகியவற்றையும் மீறி ஈடேற்றிவைக்கக்கூடிய உண்மை இது ஆகும். அந்த வாழ்க்கை பரம்பொருளை அடைவதற்கான சிறந்த வழி என்பதும் பரம்பொருளிடத்தில் உண்மையான கலப்படமற்ற மகிழ்ச்சியை அனுபவிக்கலாம் என்பதும் உண்மையாகும்.

மகிழ்ச்சியைப் பெற்றிட மகத்தான முயற்சி

நாம் வாழ்க்கையைப் பற்றி சிறிது ஆய்வு செய்வோம். நமது ஆய்விலிருந்து முக்கியமானதாக வெளிப்படும் கருத்து எது? மனிதன் இருக்கும் இடத்திலெல்லாம் செயலும் நிகழும் என்பதுதான் அது. மக்கள் அங்குமிங்கும் ஓடுகிருர்கள். ஒவ்வொருவரும் செயல் துடிப்பு மிக்கவர்களாக இருக்கிருர்கள். ஓய்வெடுக்கவோ சிந்திக்கவோ ஒரு கணப்பொழுதும் இருப்பதாகத் தெரியவில்லை. இந்தச் செயல் எத்தகையது? இதுபற்றிச் சிறிது ஆராய்வோம். இந்தச் செயலில் பெரும் பகுதி, மகிழ்ச்சிக்கு, இன்பத்துக்கு, சுகத்துக்கு பல நிலைகளில் பல அனுபவங்களில் மேற்கொள்ளப்படும் வெறித்தனம் ஆகும். அதே நேரத்தில் மனிதன் தன்னை கவலை, வேதனை, துயரம் ஆகியவற்றிலிருந்து விடுவித்துக் கொள்ள இடையருது முயற்சிக்கிருன். மனிதன் இனிமையற்ற, துன்பமயமான வருத்தத்தையும் துயரத்தையும் தரக்கூடியதான அனைத்தையும் தவிர்க்க முயற்சிக்கிருன். மகிழ்ச்சியான, இன்பமான, உவகையான, அனுபவிப்பதற்கு உகந்ததான அனைத்தையும் அடைய முயற்சிக்கிருன். மனிதன், தனது வியாபாரத்தில் வாரத்தில் ஐந்து நாட்கள் கடுமையாக உழைப்பதற்காக, கஷ்டங்களையும், வசதிக் குறைவையும் மனதாரச் சகித்துக்கொண்டு பெரு முயற்சியில் ஈடுபடுகிருன் என்று வாதிடலாம். கஷ்டமான பணிகளையெல்லாம் அவன் பூர்த்தி செய்து கொள்ளுகிருன். இந்த நிலையில் அவன் மகிழ்ச்சியில்லாத, வேதனையான அனுபவங்களைத் தவிர்க்க விரும்புகிருன் என்று சொல்லுவது எப்படிச் சரியாகும்? அவன் தானுக விரும்பி ஏற்றிக்கொள்ளும் இந்தப் போராட்டம் பற்றியும் அதன் காரணம்பற்றியும் ஆழ்ந்து சிந்தித்து அறிந்துகொள். இந்த உழைப்பு, முயற்சி அனைத்தின் மூலமும் பிற்காலத்தில் சுகமாக வாழ்ந்து, வாழ்க்கையை இன்பமாகக் கழிக்க மனிதன் விரும்புகிருன். இந்த முயற்சிகள் அனைத்தும் பணம் சம்பாதிப்பதற்காகத்தான் மேற்

கொள்ளப் படுகின்றன; பணம் பெரு மகிழ்ச்சியைத் தருகிறது.

மனித ஆன்மாவின் உண்மை இயல்பு பேரானந்தம் தான் என்பதை இது ஓரளவாவது உணர்த்தவேண்டும். புறச்சூழலின் காரணமாக பேரானந்தத்தின் இந்த உண்மைத் தன்மைக்கு ஊறு விளைகிறது. உடலுக்கும் புலன்களுக்கும் ஒரு வரையறை உண்டு. உஷ்ணம், குளிர், பசி, தாகம், வசதிக்குறைவு, நோய் என்பதுபோன்ற குறைகள் நம்மீது திணிக்கப்பட்டுள்ளன. வருத்தம், இழப்பு, விரக்தி, நாம் விரும்புகிறவர்களிடமிருந்து பிரிக்கப்படுகிற நிலை, நாம் வெறுக்கிறவர்களுடன் நமக்கு ஏற்படுகிற தொடர்பு, அச்சம், கவலை, பொருமை, ஏமாற்றம் போன்றவை மனதுக்குத் துன்பம் தருபவையாக உள்ளன. இந்தப் புறச்சூழலில் நமது உண்மை நிலையை மூடிமறைப்பவையாக இவை உள்ளன; நாம் பரிபூரணப் பேரானந்தமாக இருக்கின்றோம். ஆனுல், இவையனைத்தையும் மீறி நாம் நம்மையறியாமலேயே மறைந்திருக்கும் நமது உண்மையான உயரிய இயல்பை வலியுறுத்த எப்போதும் முயற்சித்து வருகிறோம். இவ்வாறு, தனி மனிதன், மகிழ்ச்சிதரும் அனுபவத்தை வளர்த்துக் கொள்ள வகைசெய்யும் விஷயங்களைப் பெற்றுக்கொள்ள தனது திறமையினைப் பயன்படுத்துகிருன். துரதிர்ஷ்ட வசமாக அவன் மகிழ்ச்சி அடைவதில்லை. ஏன்? இதற்குக் காரணம் மிக எளியதான ஒன்று. அவன் ஒன்றைத் தேடு கிருன். அது எங்கு இல்லையோ அங்குபோய்த் தேடுகிருன். இந்தப் பிரபஞ்சத்தில் குறையுடைய, மாறக்கூடிய, நிலையற்ற பொருள்களுக்கு மத்தியில் அவன் மகிழ்ச்சி யைத் தேடுகிருன். குறையுடைய தன்மையும், மாறக் கூடிய தன்மையும் புறப்பொருள்களின் இயல்பாக இருப்ப தால், இவை மனதில் குழப்பமான அனுபவத்தை ஏற்படுத்துகின்றன. புறப்பொருள்களின் தொடர்பால் இந்தக் குழப்பம் ஏற்படுகிறது. மனிதனின் முயற்சிகள் ஏமாற்றத்திலும் முழுமையான அதிருப்தியிலும் முடிவதற்கு

இதுவே காரணம். ஒருபொருள் தனக்குத் திருப்தியை ஏற்படுத்தாதபோது மனிதன் அடுத்த பொருளை நாடுகிறான். அதுவும் திருப்தியளிக்கவில்லையென்றால் அதற்கு அடுத்த பொருளை நாடுகிறான். இப்படியே சென்று கொண்டிருக்கிறான். இவ்வாறு மனிதன் வாழ்க்கை முழுவதும் அடுத்தடுத்துப் பல பொருள்களில் மாறி மாறி இன்பத்தைத்தேடி அலைகிறான். தொடர்ந்து தேடுகிறான். ஆனால் முடிவில் இன்பம் கிடைப்பதில்லை; வருத்தம்தான் ஏற்படுகிறது. அவன் வாழ்வு வீணாக்கப்படுகிறது. விரைவில், தற்காலிகமான அவனது வாழ்வுக்கு ஒரு முடிவு ஏற்படுகிறது. அவனது வாழ்வின் உண்மையான நோக்கம் ஈடேறவில்லை.

இந்த வாழ்வின் உள்ளும் புறமும் ஆழ்ந்து ஆராய்ந்த மகான்கள், தமது தீவிர முயற்சியின் மூலம் எல்லா உயிர்களையும் தோற்றுவித்திருக்கும் பரம்பொருளின்–கடவுளின் உண்மைத் தன்மையை உணர்ந்துள்ளனர். "அழியக் கூடியவர்களே! கலப்படமற்ற தூய மகிழ்ச்சியினையும் பேரானந்தத்தையும் இந்தக் குறையுடைய, ஒரு வரம்புக்கு உட்பட்ட மாயமான இந்தப் பிரபஞ்சத்தில் நீங்கள் பெற முடியாது. முடிவான, அனைத்துக்கும் மேலான அனுபவத்தை அது தர முடியாது. ஏனெனில் அதன் இயல்பு அத்தகையது. நிலையான தன்மை கொண்ட உங்கள் ஆன்மாவிலிருந்து உற்சாகம் பெறும் உங்களிடத்திலேதான் அந்தப் பேரானந்தமும் இறுதியாகக் கிடைக்கும் பெருமகிழ்ச்சியும் உறைந்திருக்கிறது. பேரானந்தமும், பெருமகிழ்ச்சியும், முழுமையாக உங்களுக்குள் உறைந்துள்ளன" என்று இந்த மகான்கள் தெளிவாக, விளக்கமாகக் கூறியுள்ளனர். இந்த அறிவிப்பைக் கூட சற்று திருத்தி அமைக்கலாம். "இதுதான் உங்களது இயல்பு" என்று நாம் கூறலாம். இது "உங்களுக்குள்" இல்லை; ஆனால் நீங்களே, அந்தப் பேரானந்தமாக இருக்கிறீர்கள். உங்களது ஆன்மா, விவரிக்க இயலாத பேரானந்தமாகவும்; அமைதியாகவும்

அமைந்திருக்கிறது. இந்தப் பேரானந்தத்தின் உறங்கா விழிப்புணர்வினை மீண்டும் அறிந்துகொள்ளுவதுதான் வாழ்க்கையின் மகத்தான பணியாகும் – உங்களது வாழ்க்கையின் மகத்தான நோக்கம் இதுதான். இந்த உலகில் நாம் பிறவி எடுத்து அடைய விரும்பும் லட்சியம் இதுதான்.

வாழ்வின் உண்மைப் பொருளுக்கு முறையான கல்வி

வளரும் ஆன்மாக்களுக்கு—இளைஞர்களுக்கு வாழ்வின் அற்புதமான நோக்கத்தை உணர்த்துவது ஒவ்வொரு பெற்றோர், ஆசிரியர் மற்றும் பெரியோரின் கடமையாகும். ஒருவரது வாழ்வின் துவக்கத்திலிருந்தே இவை ஒவ்வொரு ஆன்மாவிலும் புகட்டப்படுமானால், பெரு மளவுக்குத் தேடுதல், போராடுதல் மற்றும் கவலை ஆகியவை அகற்றப்படும். துவக்கம் முதலே வாழ்க்கை அர்த்தமுடையதாக அமையும். வாழ்க்கை என்பது ஒரு பொருளிலிருந்து இன்னொன்றுக்குத் தாவும் ஒழுங்கற்ற பாய்ச்சல் அல்ல. வாழ்க்கை என்பது சிறப்பும், அர்த்த மும் உடைய ஆராய்ச்சி ஆகும். ஆனால் இந்த நோக்கம் திடீரென்று மறக்கப்படுகிறது; மனிதன் தனது மூதாதையர்பற்றி இயந்திரம் போல குருட்டுத்தனமாக எண்ணத் தொடங்குகிறான். ‘‘எங்கள் தாத்தா இப்படிச் செய்தார். எங்கள் அப்பாவும் இப்படித்தான் செய்தார். ஆதலால் நானும் இப்படியே செய்கிறேன். ஏன், ஒவ் வொருவரும் இப்படித்தான் செய்கிறார்கள்’’ என்று சொல்லுகிறார்கள். இது ஆட்டுமந்தை மனப்பான்மை. பலருடைய வாழ்க்கையில் இத்தகைய போக்கைத்தான் பார்க்கிறோம். மற்றவர்களின் அனுபவம் இவர்களின் அனுபவமாகவும் ஆகிறது. பகுத்தறிவும் விவேகமும் இல்லாதவர்களின் வாழ்வில் வருத்தமும், ஏமாற்றமும்தான் இறுதி விளைவாக இருக்கும்.

ஆகவே, வாழ்க்கையின் மகத்தான பொருளை எவ்வளவு விரைவாக உணர்ந்துகொள்ளுகிறோமோ, அவ்வளவு உயரிய பூரணத்துவ நிலையினை ஆரம்பத்திலிருந்தே அடையமுடியும். இல்லையென்றால் வாழ்க்கை என்பது, செல்லவேண்டிய திசைதெரியாத பயணமாக ஆகிவிடும். அல்லது சென்றடையவேண்டிய இடமும் தடமும் அறியாமல் நெடுஞ்சாலையில் நிற்பதைப் போன்றதாக ஆகிவிடும். நீங்கள் எங்கே போகிறீர்கள் என்று யாரேனும் உங்களிடம் கேட்டால் உங்களால் பதில் சொல்ல முடியாது. சென்றடையவேண்டிய இடம் எது என்று தெரியாவிட்டால், வாழ்க்கை எனும் நெடுஞ்சாலையில் குறிக்கோளற்று அலையும் ஒரு சோம்பேறியைப் போலத்தான் அலையநேரிடும். இது உண்மையான வாழ்க்கை அல்ல.

ஜீவனம், வாழ்க்கை அல்ல

இவ்வாறு வாழ்க்கை என்னும் சுழலில் நீங்கள் சிக்கித் தவிக்கிறீர்கள். அது உங்களை இறுகப் பற்றிக்கொண்டிருக்கிறது. அதன் வலையில் நன்றாக அகப்பட்டுக் கொண்டீர்கள். உண்மை வாழ்வுக்கு மாறாக ஜீவனம் உங்களை முழுமையாகப் பற்றிக்கொண்டிருக்கிறது. வாழ்க்கையின் இடத்தை ஜீவனம் பற்றிக்கொண்டிருக்கிறது. பிறகு இயற்கையாகவே உண்மையான நோக்கம் இல்லாது போய்விடுகிறது. உள்ளே வெறுமை நிலவுகிறது. இந்த வெற்றிடத்தை நிரப்புவதற்காக புறப்பொருள்களை அடைய நீங்கள் கடுமையாக உழைக்கிறீர்கள். ஆனால் புறப்பொருள்கள் உள்ளுக்குள் மகிழ்ச்சியைத் தோற்றுவிக்க முடியாது. அவை கவலையைத் தோற்றுவிக்கின்றன. அமைதியின்மையையும், குழப்பத்தையும் ஏற்படுத்துகின்றன. தனிப்பட்ட மனிதனின் அகவாழ்வின் நிலை, மகிழ்ச்சி ஆகும். அது மனம் மற்றும் புத்தியின் நிலை. ஆகவே உள்ளுறையும் ஜீவனின் நிலை ஆகும். புறத்தே நிலவும் செல்வ நிலைக்கு இது எந்த வகையிலும் சம்பந்தப்

படாதது. ஏனெனில் இங்கு மன அமைதி, கவலை, பத்திரமின்மை, அச்சம் ஆகியவற்ருல் எளிதில் பாதிக்கப் படுகிறது. உண்மையில் உள்ளுக்குள் ஆன்மீக வாசனையே இல்லாமற்போகிறது. உண்மையான சாதனையின் மூலம் அடையும் முன்னேற்றம்தான் உண்மையான செல்வம் ஆகும். வாழ்க்கை முழுவதும் நீங்கள் தேடிய சொத்துக் களை விட்டுவிட வேண்டியிருக்கும். அவை அகன்றுவிடு கின்றன. இந்த உலகில் உள்ள அனைத்துப் பொருள்களை யும் ஒன்று திரட்டினுலும் அவை உங்களுக்கு உண்மை யான மகிழ்ச்சியினைத் தரமுடியாது. ஏனெனில் அத்தகைய மகிழ்ச்சியைத் தரும் சக்தி இந்தப் புறப்பொருள்களுக்கு இல்லை.

உங்கள் வாழ்க்கையை புறப்பொருள்களால் பூர்த்தி செய்யும் தேவை, விருப்பத்தின் விளைவாக ஏற்பட்ட தாகும். இந்த விருப்பத்தை நிறைவேற்றிக் கொள்ளுவதற் காக ஒவ்வொருவரும் புறப்பொருள்களை நிறையச் சேர்த் துக் குவிக்கிருர்கள். இப்படிச் செய்யாவிட்டால், மகிழ்ச்சி யையும், பேரானந்தத்தையும் பெற முடியாது எனச் சிலர் எண்ணுகின்றனர். ஆனுல் ஒருவர் விருப்பத்துக்கு அடிமையாக இருக்கிறவரை உண்மையிலேயே மகிழ்ச்சி யாக இருக்கமுடியாது. அடிமைத்தனமும் மகிழ்ச்சியும் ஒன்றுக்கொன்று ஒவ்வாததாகும். சுதந்திரத் தன்மையே உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியைத் தருகிறது. நீங்கள் விருப்பத் திற்கு ஆட்பட்டிருக்கிறவரை உங்களது நிலை காலுக்கு விலங்கிடப்பட்ட ஒரு பிராணியின் நிலையைப் போன்றது தான். சுதந்திரத்தில் காணக்கூடிய மகிழ்ச்சியை நீங்கள் எவ்வாறு அனுபவிக்க முடியும்? மகிழ்ச்சி என்பது, அனைத்து விருப்பங்களையும் கடந்து நிற்கும் பரம் பொருளின் அருளனுபவத்தின் பூரணத்தன்மை ஆகும். அனைத்து விருப்பங்களுக்கும் மேலான நிலையில் நீங்கள் இருப்பதை அறிந்துகொள்ளுங்கள்.

வெளிப்படுத்தப்படாத வைபவ நிலை உங்களுடையது. பரிபூரண நிலை உங்களுடையது. இந்த முழுமையை

நீங்கள் உணரும்போது, நீங்கள் விருப்பங்கள் அனைத்தையும் கடந்து நிற்கிறீர்கள். அப்போது நீங்கள் விருப்பங்களைக் கடந்து நிற்பது மட்டுமின்றி, உங்கள் இயல்பிலிருந்து விருப்பத்துக்கு மூலகாரணமாக இருக்கும் ஒன்று அகன்றுவிடுகிற நிலையையும் பெறுகிறீர்கள். "நான் இப்போது பூரண நிலையில் இருக்கிறேன். எனக்கு எதுவும் தேவையில்லை. எனக்கு எதன் மீதும் ஆசையில்லை" என்று நீங்கள் உணருகிறீர்கள் – இந்தப் பூரண உணர்வுதான் உண்மையில் பேரானந்தம் ஆகும். இந்தப் பூரண உணர்வு உங்கள் இதயத்தில் நிரம்பிவிட்டால் நீங்கள் மகானாக ஆகிவிடுகிறீர்கள். இனி பந்தமில்லை இனி உலகில் எதுவும் உங்களை இழுக்க முடியாது; அடிமைப்படுத்த முடியாது. நீங்கள் எதற்காக இருக்கிறீர்கள் என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். உங்களிடத்தில் அந்தப் பேரானந்தத்தையும் உன்னதமான பூரண நிலையையும் நிரப்பிக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் முன்பாக உள்ள புகழ்மிகு பணி இது. வாழ்வின் மையப் பொருள் இதுதான்.

இந்தியத் தத்துவத்தின்படி வாழ்க்கையின் குறிக்கோள்

மாருத பூரண அனுபவத்தை மாறக்கூடிய, குறையுடைய புறப்பொருள்களால் தர இயலாது என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். மாருததாகவும், பூரணமாகவும் அமைந்து அதன் காரணமாக குறையற்றதாகவும் பேரானந்தமயமானதாகவும் உள்ள பரம்பொருளை அறியும் அனுபவமாக உங்கள் வாழ்க்கையை அமைத்துக்கொள்ள முயற்சி செய்யுங்கள். ஆனல் மனிதப் பிறவி எடுத்துள்ள நாம், ஒரு குடும்பம் அல்லது சமுதாயத்தின் உறுப்பினர்கள் என்ற முறையில் அன்ருட கடமைகளை நிறைவேற்றுவதைத் தவிர்க்கமுடியாது என்ற உண்மையை நீங்கள் உடனடியாக எதிர்நோக்குகிறீர்கள். நாம் விரும்புகிருேமோ இல்லையோ, தற்போதைக்கு, இந்தக் கடமைகளை நாம் நிறைவேற்றத்தான் வேண்டும். பேரானந்த

நிலையினைப் பெறுவது என்ற நமது வாழ்வின் உயரிய கடமையுடன் இவற்றை எப்படி ஒருங்கிணைத்துக் கொள்ளலாம் என்று யோசிக்கவேண்டும்.

இந்தியத் தத்துவம் பற்றி மிகச் சொற்பமாக அறிந்து கொண்டிருப்பவர்கள், புத்தர் பற்றியும், நிர்வாண நிலை, மாயாவாதம், வினைப்பயன் முதலியவற்றைப்பற்றியும் விநோதமான, குழப்பமான கருத்தினைக் கொண்டிருக்கின்றனர். அவர்கள் மனதில் தெளிவற்றநிலை உள்ளது. இந்தியா விதிபற்றிப் பேசுகிறது என்றும் அதன்படி எல்லாம் ஏற்கனவே நிச்சயிக்கப்பட்டபடி நடக்கிறபடியால் யாரும் எதுவும் செய்யவேண்டியதில்லை என்றும் அவர்கள் எண்ணுகிறார்கள். இந்தவகையான சிந்தனை இறுதிக் குறிக்கோளுக்கு எந்த வகையிலும் நம்மைக் கொண்டு செல்லாது. உண்மையில் யாரும் எதுவும் செய்ய முடியாது. இந்தக் கருத்தின்படி, மனிதன் ஒரு பூஜ்யமாகவே இருப்பான். ஏனெனில் நிர்வாண நிலை என்றால் வெறுமை என்றாகிறது. பதஞ்சலியின் செய்தியிலிருந்து சிலர் இவ்வாறு ஊகித்துக்கொண்டிருக்கிறார்கள். இதைவிடப் பெரிய தவறு இருக்கமுடியாது. உன்னதமான பேரானந்தத்தை அடைவதுதான் மனித வாழ்க்கையின் மகத்தான குறிக்கோள் என்று இந்தியத் தத்துவம் துணிவாக, தெளிவாக அறிவித்திருக்கிறது. ‘‘இந்த பிரபஞ்சத்தின் அனைத்து உயிர்களும் பேரானந்த நிலையிலிருந்து பிறந்துள்ளன. அவற்றின் வாழ்வும், நிலைபேறும் பேரானந்தத்தில் இருக்கிறது. அந்தப் பேரானந்தத்தை அடைவதற்காக அவை உள்ளன.’’ ஆகவே, இறுதியான, மகத்தான உண்மையாகவும் பரம்பொருளாகவும் உள்ளது, இந்த நிலையான, வற்றாத ஊற்றாக விளங்கும் பேரானந்தம் ஆகும்.

இது விதியைப்பற்றிய தத்துவம் அல்ல என்பது வெளிப்படை. எதுவும் செய்யத் தேவையில்லை என்று சொல்லும் தத்துவம் அல்ல இது. உன்னதநிலை என்பது

எந்தப் பொருளேயும் குறிப்பதாக இல்லே என்று சொன்னுல், அந்த நிலே தெளிவாக விளக்கிக் கூறக்கூடிய சூன்ய நிலே என்பதாக ஆகும். இப்படிச் செய்வதற்கு, பேச்சு போதுமானதல்ல. சக்திமிக்கது அல்ல. தனி மனித ஆன்மா, தனது ஒன்றுபட்ட நிலேயிலும், இருகூருக உள்ள நிலேயிலும் அறிந்துகொண்டது, அனுபவத்திருக்கிறது என்பதும்கூடப் பொருளுடையதாக ஆகாது. எனவே, இது, மனிதன் வரையறைக்கு உட்பட்ட தனது நிலேயில் இதுவரை பெற்றுள்ள அனுபவங்களே வைத்துப் பார்க்கும் போது இது முற்றிலும் புதிய நவீனமான அனுபவமாகும். அனேத்து வகையான பேச்சுக்கும் எண்ணத்துக்கும் அப்பாற்பட்டுள்ள ஒன்றை தெரிவிக்கக்கூடிய ஒரே வழி மௌனம்தான்.

இந்தியத் தத்துவத்தின்படி வாழ்க்கையின் மகத்தான நோக்கம் பேரானந்தத்தை அடைவதுதான். நாம் எது செய்தாலும் இந்த நோக்கத்தை மறந்துவிடக்கூடாது. இந்த லட்சியத்தை அடைவதால் நாம் எதனேயும் இழப்பதில்லே. மாருக, சிலவற்றை அடைகிருேம். இவற்றை இந்த முழு உலகமும் கூட உங்களுக்கு ஒரு போதும் தரமுடியாது. இவற்றைத் தருவதற்கு பிரபஞ்சத்தில் உள்ள அனேத்துப் பொருள்களுக்கும் சக்தி கிடையாது. நமது புற வாழ்க்கைகள் ஆனந்தமயமான, அமைதியான அனுபவங்களுக்கு நேர் எதிரானவையாக உள்ளன. மகத்தான லட்சியத்தை அடைய முயற்சிக்கிற ஒருவர் ஏற்கனவே கடைப்பிடித்துவந்த செயல்முறைகளே முழுமையாக ஒதுக்கித் தள்ளிவிட வேண்டுமா? இந்த வாழ்வு புறக்கணிக்கப்பட வேண்டுமா? இதனேப் புறக் கணிக்க முடியுமா?

ஆன்மீக வாழ்வும் இந்த உலக வாழ்வும் — ஒரு ஒருங்கிணேப்பு

இந்தியாவின் முற்கால ரிஷிகளும் தற்கால ஞானியர் களும் லட்சியவாதிகள். ஆனுல் அவர்களது லட்சியம்

செயலளவில் சாதிக்கக் கூடியது. இது அறிவுள்ள, நியாயமான யதார்த்தத் தன்மையுடன் கலந்ததாகும். அகத்தே பேரானந்தத்தையும் அமைதியையும் பெறுவதற்கு இசைவாக புறத்தே பூரணத்துவ நிலையைப் பெறப் பாடுபட வேண்டும். இந்த உலகில் செயல்படும் ஜீவனின் உடல் மற்றும் புத்தியின் தன்மைகள், உண்மையான ஆன்மீக ஜீவனின் மகத்தான விருப்பத்துக்கு இசைவானவையாக இருக்கவேண்டும். ஆன்மீக வாழ்க்கையின் கடமைகளில் இவ்வாறு ஒத்துப்போவதும் ஒன்றாகும்.

இவ்வாறு ஒத்துப்போகும் வகையில், இரண்டு விஷயங்களைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். முதலாவதாக உடல், மனம் மற்றும் எல்லாவிதமான புத்தி சாமர்த்தியங்களும் நமக்குக் கருவிகளாகத் தரப்பட்டுள்ளன. ஆனால் சாதாரண வாழ்வில் மனிதன், இந்த பூத உடலும் புலன்களும் இட்ட பணியைச் செய்பவனாக இருக்கிறான். இவற்றிலிருந்து பிரிந்திருக்க அவனுக்குத் தெரியவில்லை. முதலில் இதனைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். மற்றொன்று யாதெனில் மனிதன், மனத்தின் ஆசைகளுக்கும் ஏக்கங்களுக்கும் இடையில் அகப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறான். உன்னைப் புலன்களின் வேலைக்காரனாகவும் மனத்தின் ஆசைகள் மற்றும் ஏக்கங்களின் அடிமையாகவும் கருதுவது, பயங்கரமான தவறான கருத்தாகும். புலன்களும், மனமும் முடிவில்லா புலன்வழி இன்பங்களையும் புறப்பொருள் சம்பந்தமான மகிழ்ச்சியினையும் பெறுவதற்காகத்தான் கருவிகளாகத் தரப்பட்டிருக்கின்றன என்று கருதுவது கண்டிக்கத்தக்க முறை தவறிய போக்காகும். மகத்தான லட்சியத்துக்கு அருகில் உன்னைக் கொண்டு வருவதற்காகத்தான் இந்தக் கருவிகள் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன. மனம், உடல், புத்தி ஆகியவற்றை அந்த நிலையிலேயே அங்கீகரித்து இந்த உயரிய நோக்கத்தை ஈடேற்றிக் கொள்ளுவதற்காக பண்புடன் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு மனிதன் சமுதாய ஜீவன்

என்ற முறையில், சமுதாயத்தின் ஒரு உறுப்பினன் என்ற முறையில் நேர்மையாக உழைக்கவேண்டும் என்று மகான்கள் தமது உபதேசங்களில் வலியுறுத்தியிருக்கிறார்கள். அனைவர்க்கும் தன்னலமற்ற நிலையில் தொண்டு செய்வது என்ற வடிவத்தினையும் இந்த உழைப்பு எடுக்கக் கூடும்.

இத்தகைய உயரியதான உழைப்பிலிருந்து வெளிப்படும் மனிதனின் திறமைகளால்தான் பிறருக்கு ஒவ்வொரு மகத்தான பயனும் விளைகிறது என்பது அனுபவ பூர்வமாக விளங்குகிறது. மனிதன் செயலளவில் தனக்கு மிக அருகாமையில் உள்ள தனது குடும்பத்தை, உறவினர்களை மற்றும் நண்பர்களைப் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். தொடர்ந்து கவனித்துக்கொள்ள வேண்டும். தன்னைப் பொறுத்தவரையில் தனது மனம் மற்றும் உடல்மீது உரிய முறையான கவனம் செலுத்திவரவேண்டும். இவ்வாறு நீ மற்றவர்களுக்குப் பயன்பட்டு, தொண்டாற்றி வருவதன் மூலம் உனது உயரிய நேர்மையான தன்மையை நிலை நாட்டி வருகிறாய். சத்தியத்தையும் நேர்மையையும் குறிக்கோளாகக்கொண்டு உனது வாழ்க்கையை நடத்தி வரும்போது அன்றாட ஜீவனத்துக்காக நீ மேற்கொள்ளும் உழைப்பு உனது ஆன்மீக முன்னேற்றத்துக்கு முட்டுக் கட்டையாக இருக்காது.

புறத்தே, செயல் தூய்மையாக இருக்கவேண்டும். அதுபோல அகத்தில் எண்ணம் தூய்மையானதாக இருக்க வேண்டும். புலன்கள் இழுக்கும் இழுப்புக்குத்தக எண்ணங்கள் பின்செல்லுவது தவறானதாகும். நேர்மையான கோட்பாடுகளைக் கடைப்பிடிக்கும் எண்ணங்கள்தான் சரியானவை. ஆகவே நல்ல கருத்துக்களையே எண்ண வேண்டும். தூய்மையான கருத்துக்களையே எண்ண வேண்டும். தன்னலமற்ற கருத்துக்களையே எண்ண வேண்டும். ''நான் எதனைப் பெறுவேன்? எனக்கு என்ன கிடைக்கும்? எனது வாழ்க்கையைப் பூர்த்தி செய்து

கொள்ள எந்த இன்பத்தையும் மகிழ்ச்சியையும் நான் அடைவேன்?'' என்று எண்ணுதே. மாருக, ''என்னுல் மற்றவர்களுக்கு என்ன நன்மை செய்யமுடியும்? மற்றவர்களின் மகிழ்ச்சியை நான் எந்த வகையில் அதிகப்படுத்தலாம்? மற்றவர்களின் கவலைகளை எந்த வகையில் நான் குறைக்கலாம்? இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் உண்மை ஞானத்தினைப் பெறுவதற்கு எனது புத்தியினை எப்படிப் பயன்படுத்தலாம்? எது உண்மை? எது பொய்? எது நிலையானது? எது நிலையற்றது? இறுதி லட்சியம் என்ன? தற்காலிக வாழ்வுக்கு உரியது எது?'' என்று எண்ண வேண்டும். இவ்வாறு, உண்மையிலேயே நன்மையானதாக இருப்பதனையும் வெறும் இனிமைதரும் பொருளாக இருப்பதனையும் புத்தி எப்போதும் பகுத்தறிந்து புரிந்துகொள்ளட்டும். உண்மை எது, பொய் எது, என்றும் நிலையானது எது, நிலையற்றது எது என்றும் புத்தி தனது விவேகத்தால் அறிந்து கொள்ளட்டும். இந்த உலகிலும், இங்குள்ள பொருள் களின் தன்மையிலும், உங்கள் சொந்த இயல்பிலும் நுண்ணறிவு பெறுவது, உங்கள் புத்தியை முறையாகப் பயன்படுத்துவதாக அமையும். இதன்மூலம், கருத்துக்கள் எப்படிச் செயல் வடிவம் பெறுகின்றன, ஆசைகள் என்ன செய்கின்றன, புலன்கள் எப்படி உன்னை ஏமாற்றுவதற்கு முயற்சிக்கின்றன, கருத்துக்களையும் புலன்களையும் எவ்விதத்தில் கட்டுக்கடங்கியவையாக வைத்துக்கொள்ளலாம் என்பனவற்றை நீங்கள் கண்டு கொள்ளலாம். விவேகத்தை விழிப்புறச் செய்யுங்கள். அது வழிகாட்டட்டும். முக்கியமாக, லட்சியத்தை அடையும் பாதையில் ஆன்மீக வாழ்க்கை உனக்கு வழி காட்டட்டும்.

வாழ்க்கையில் உங்கள் முன்பாக பிரச்னைகள் தலையெடுக்கும்போது, ''இது என்னை இறுதி லட்சியத் துக்கு அருகில் அழைத்துச் செல்லுமா? அல்லது எனது வாழ்வின் உன்னத லட்சியத்தை அடையும் போக்கில்

தடைக்கல்லாக இருந்து எனது முன்னேற்றத்தைத் தாமதப்படுத்துமா?'' என்று கேள்வியை எழுப்பு. இது தான் பிரமாணமாக இருக்கவேண்டும். ஒரு பொருள் அல்லது செயல் உங்களை மென்மேலும் புலன்வழி வாழ்வில் பிணைத்தால் அதனை நிராகரித்து விடுங்கள். அல்லது ஒரு செயல் அல்லது பொருள், இறுதி லட்சியத்தை அடைவதில் உங்களை துரிதப்படுத்துமானால் அதனை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். இவ்வாறு மனமும் உடலும் தமது பணியை முறையாகச் செய்யவைக்கலாம். அனைத்திலும் சிறந்த ஆன்மீக வாழ்வில் நீங்கள் முன்னேறுவதற்கு உதவும் வகையில் உடல், மனம், புத்தி ஆகியவற்றைப் பழக்கப் படுத்திக் கொள்ளலாம். அனைத்து அம்சங்களிலும் ஒரு இசைவினைத் தோற்றுவித்து விட்டால், உங்கள் புறவாழ் வின் வடிவம், தன்மை இவற்றுக்கு அவ்வளவாக முக்கியத்துவம் கொடுக்கவேண்டியதில்லை. நீங்கள் ஒரு டாக்டராக இருந்தால், தொடர்ந்து டாக்டராக பணி யாற்றலாம்; நீங்கள் ஒரு ஆசிரியர் என்றால் தொடர்ந்து ஆசிரியராக இருந்து போதிக்கலாம்; ஒரு வியாபாரி தொடர்ந்து வியாபாரியாக இருக்கலாம். ஆனால் ஒரு நேர்மையான வியாபாரியாக இருக்கவேண்டும். ஒரு டாக்டர் கருணையுள்ளவராக இருக்கவேண்டும். வெறும் பணம் சம்பாதிக்கும் நபராகமட்டும் இருக்கக் கூடாது. அறநெறிகள் கடைப்பிடிக்கப்படுமானால் ஒரு போர் வீரன் கூடத் தொடர்ந்து போர் வீரனாக இருக்கலாம். தனது உயர் அதிகாரிகளின் கட்டளைகளுக்குக் கீழ்ப்படிந்து கடமையைச் செய்கிற நேரத்தில் உண்மையான ஆன்மீக வாழ்க்கையையும் நடத்தலாம். ஒருவன் பற்றற்றிருந்தால், அவனது வாழ்வு அவனை இறுதி லட்சியத்துக்கு அழைத்துச் செல்லும். ஆகவே அறநெறி உங்களை வழி நடத்திச் செல்லட்டும்.

பண்புகளை பேணுதல்

அறநெறி எத்தன்மை உடையது? உண்மையின் தன்மையில் இதற்கு விடைகாணவேண்டும். ஒருவர்

உண்மையாக வாழ்ந்தால் இறை அனுபவத்தை நெருங்கிச் செல்லுகிறார் என்று பொருள். ஆனால் ஒருவர் பொய்மை யான வாழ்க்கை வாழ்ந்து வருகிறார் என்றால் அவரால் கடவுளை அடையமுடியாது, மகிழ்ச்சியினைப் பெற முடியாது; ஏனெனில் அவர் தன்னை அருள்மயமான சூழ்நிலைக்கு ஆதாரமாக இருக்கும் தன்மையிலிருந்து துண்டித்துக்கொள்ளுகிறார். ஒருவர் இறைவனை விடுத்துப் பிரிந்துசென்றால், இந்த உலகம் முழுமையாக முயன்றாலும் அந்த நபருக்கு அது மகிழ்ச்சியினைத் தரமுடியாது உண்மையைப் புறக்கணிக்கும் ஒருவரிடம் அமைதியும் மகிழ்ச்சியும் குடிகொள்ள மாட்டா. இது அவைதம் இயல்பு. ஆகவே உண்மைநெறியைக் கடைப்பிடித்து ஒழுகுவதுதான் அறநெறி ஆகும். உங்களுக்கு உள்ளே யுள்ள உண்மையான தெய்வீக இயல்புக்கு உண்மையாக நடந்துகொள்ளுவதில் அது உறைந்திருக்கிறது.

உண்மையைக் கடைப்பிடித்தல் என்பது கருணை காட்டுதல், அனைவரிடத்திலும் அன்பு செலுத்துதல், எல்லா பிராணிகளிடத்திலும் அன்பு காட்டுதல் ஆகியவை தான். உங்களது உண்மை இயல்பினை இவை உருவாக்கு கின்றன. ஆகவே உங்களது உற்றார் உறவினரிடம், உங்களது பெற்றோர், குழந்தைகள், சகோதர, சகோதரி கள், நண்பர்கள், அண்டைவீட்டுக்காரர்கள் ஆகியோ ரிடம் கருணையுடன் பழகுங்கள். இதனை உங்கள் வாழ்வில் கடைப்பிடிக்காவிட்டால் ஆன்மீக — அருட்செல்வம் உங்களுக்குக் கிடைக்காது. கடுமையான பேச்சு, கடுமை யான சொல், கோபம், எரிச்சல் ஆகியவைபோன்று பிறர் மனதைப் புண்படுத்தக் கூடியவற்றை ஒருபோதும் அனுமதிக்கக் கூடாது. பிறரிடத்தில் மகிழ்ச்சியைப் பெருக்குவதில்தான் நமது மகிழ்ச்சி தோன்றுகிறது. அன்பின் கேந்திரமாக, கனிவு மற்றும் கருணையின் மைய மாக விளங்கி, இறைவன் படைத்துள்ள எந்த ஜீவனையும் சிறிதும் துன்புறுத்தாமல் வாழும் ஒருவருக்கு இந்த மகிழ்ச்சி கிடைக்கிறது.

அனைத்துச் செயல்களுக்கும் பின்னணியாக தூய நோக்கம் இருக்கவேண்டும். கருத்தும், நோக்கும் எப்போதும் உயர்வானவையாக, மேலானவையாக, தூய்மையானவையாக இருக்கவேண்டும். பூரணத் தூய்மை நிலைக்கு மதிப்புத்தருகிற ஒருவரது பேச்சும் செயலும் தூயதாக இருக்கிறது. பேராசை, காமம் அல்லது கோபம் இவற்றால் விளையும் தூய்மையற்ற கருத்தும், நோக்கும் உடனடியாக எந்தவிதமான செயலுக்கும் இழிவு ஏற்படுத்துகின்றன. பேராசை என்பது நெருப்பு. அதற்குத் தீனி போடப்போட அது மென்மேலும் பற்றி எரிகிறது. இருப்பதைக்கொண்டு திருப்தி அடைந்து வாழும் மனிதன் எப்போதும் விழிப்புடன் இருக்கிறான். பேராசை எழும்போது அதனை அவன் புரிந்துகொண்டு, தன் மனத்திலிருந்து அகற்றி விடுகிறான்.

மனத் திருப்தி அடைந்திருப்பவர்களிடத்தில்தான் மகிழ்ச்சி நிலவுகிறது. இத்தகைய மனத்திருப்தி உடைய மனிதருக்கு இனிய பொருள்கள் ஏதேனும் கிடைத்தால் அவர் மகிழ்ச்சி அடைகிறார். எதுவும் கிடைக்காவிட்டாலும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறார். பொருள்களை இழந்துவிட்டாலும் கூட அவர் மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கிறார். பொருள்களில் மகிழ்ச்சி இருக்கிறது என்று எண்ணி அவர் ஏமாறுவதில்லை. ஒரு அனுபவம் தனது நிறைவுக்கு ஒரு பொருளை நம்பி இருக்கும்போது அதனை எப்படி மகிழ்ச்சி என நாம் வர்ணிக்க முடியும்? ஏனெனில் பொருள் அகற்றப்பட்டால் அந்த அனுபவத்திற்கு ஒரு முடிவு ஏற்பட்டுவிடுகிறது. பொருளை மாற்றினால் அனுபவமும் மாறுகிறது. அனைத்துப் பொருள்களும் மாறக் கூடியவை. நீ இங்கு வசித்திருப்பது, தற்காலிகமானதுதான். ஆகவே இந்தப் பிரபஞ்சத்தில் உள்ள பொருள்களுடனான உங்களது தொடர்பும் தற்காலிகமானதுதான்.

எனது குருநாதர் வேடிக்கையாகச் சொல்லுவார்: "இந்த உலகின் நிச்சயமற்ற, பாதுகாப்பாற்ற தன்மைகள் அனைத்துக்கும் மத்தியில் ஒன்று நிச்சயமாகத் தெரிகிறது — நீ மறைந்தாக வேண்டும். நீ இங்கு இருக்க முடியாது. நீ ஒரு சிறு நாடகம் நடத்துகிறாய் அவ்வளவுதான். அருவமான நிலையிலிருந்து வந்துள்ள நீ, ஒரு உருவத்தைப் பெற்றிருக்கிறாய். உனக்கு ஒரு காலம் வரையறுக்கப் பட்டிருக்கிறது. ஒவ்வொரு வினாடியும் அந்தக் காலத்தைச் சுருக்கிக் கொண்டு வருகிறது. அது எவ்வளவு காலம் என்று யாருக்கும் தெரியாது. நீ உனது பிறந்த நாட்களை, பிறந்தநாள் கார்டுகளுடனும், கேக்கு களுடனும், மெழுகுவர்த்திகளுடனும் மிகவும் மகிழ்ச்சி யாகக் கொண்டாடுகிறாய். ஒவ்வொரு பிறந்த நாளும் உனக்காக ஒதுக்கப்பட்டுள்ள காலத்தில் ஒரு ஆண்டைக் குறைக்கிறது. உனக்கு ஒதுக்கப்பட்ட காலம், விரைவில் ஒரு முடிவுக்கு வரவேண்டும். மீண்டும் நீ உருவமற்ற நிலை பெற்றுத் திரும்பவேண்டும். அங்கு உனக்குத் தோற்றமோ, பெயரோ இல்லை. நீ மறைந்தாகத்தான் வேண்டும். மாறக்கூடிய, அழியக்கூடிய பொருள்களை நாடி மகிழ்ச்சியைப் பெற முயற்சிப்பதைவிடப் பெரியதான முன்யோசனையற்ற தன்மையோ, தவறோ வேறு எதுவும் இருக்க முடியுமா? மகிழ்ச்சி வெளியிலிருந்து வரவில்லை. மகிழ்ச்சி நமக்குள்ளேயிருந்துதான் வருகிறது என்பதை அறிந்திருக்கும் ஒருவர், பழங்காலப் பழக்கமான மனத் திருப்தி என்னும் விதிமுறையை விடாமல் கடைப்பிடித்து வருகிறார். இது பொன்னான விதிமுறை. முறையாக உங்களுக்குச் சம்பந்தமற்ற ஒன்றின்மீது விருப்பம் கொள்ளாதீர்கள். இறைவன் இயற்கையாக ஒருவருக்கு அழகான அவயவங்களைப் படைக்கவில்லை என்றால், அந்த நபர் அழகான அவயவங்களை உடைய ஒருவரைப் பார்த் துப் பொறாமை கொள்ளத் தேவையில்லை. இந்த அவயவங் களை இறைவன் படைத்திருக்கிறான். "நான் ஏன் அந்த மனிதனைப் போல் இருக்கக் கூடாது? அந்த மனிதனுக்கு உள்ளதுபோன்ற அவயவங்கள் ஏன் எனக்கு இருக்கக்

கூடாது?'' என்று எண்ணினால் மன அமைதி இருக்காது. மன அமைதி இல்லை என்றால் மகிழ்ச்சி எப்படி ஏற்பட முடியும் ?

அனைவரது வாழ்க்கையிலும் ஆசைகளுக்கு எதிரான விதிமுறை செயலாக்கப்படுமானால், அனைத்துச் சச்சரவுகளும், சண்டைகளும், வெறுப்புக்களும், வன்முறைகளும் ஒரு முடிவுக்கு வந்துவிடும். இந்த ஒரு விதிமுறையைப் புறக்கணிப்பதால்தான் தேசீய அளவில்கூட கிளர்ச்சி ஏற்படுகிறது. ஒவ்வொரு மனிதனும் அடுத்தவன் தலையில் கைவைக்கப்பார்க்கிறான். தனி மனிதர்கள் இப்படி விவேகமற்றவர்களாக இருந்தால் தேசங்கள் வன்முறையை விட்டுவிடவேண்டும் என நாம் எவ்வாறு எதிர்பார்க்க முடியும்? சிறந்த புத்திசாலிகளையும், விஞ்ஞானிகளையும் மிகப்பெரிய பதவிகளில் வைத்திருக்கிற அரசாங்கங்கள் கூட இத்தகைய குறைபாடுகளின் வலையில் சிக்கித் தவிக்கின்றன.

அனைத்து மக்களுக்கும் அகமகிழ்வு அடையும் அடித்தளத்துக்கு அறநெறி உங்களை அழைத்துச் செல்லுகிறது. ஆகவே, உண்மை, தூய்மை, பிரபஞ்ச அன்பு என்னும் உயரிய நீதிநெறிகள் உங்கள் வாழ்க்கையை நெறிப்படுத்தட்டும். இந்தக் கொள்கைகளைக் கடைப்பிடிப்பதற்கு ஒருவர் குடும்பத்தை விட்டுவிட்டு, குகையில் சென்று வாழவேண்டிய அவசியமோ அல்லது இமயமலையிலோ, காடுகளிலோ, மடாலயங்களிலோ வாழவேண்டிய அவசியமோ இல்லை. இந்தக் கொள்கைகளை நீங்கள் செயலில் கடைப்பிடித்தால், நீங்கள் வசிக்கின்ற உங்களது சொந்த இல்லம், அது எங்கு இருந்தாலும், அருட்செல்வத்தின் ஸ்வர்க்கமாகவே விளங்கும். அது ஒரு மடாலயத்தை விடச் சிறந்து விளங்குமாறு ஆக்கப்படும். இந்த இல்லத்திற்குள்ளேயே கருணை மற்றும் அன்பின் அடிப்படையில் அமையும் உங்களது வாழ்க்கை, அறநெறிக்கும் நீதிநெறிக்கும் வகைப்படுத்தும் லட்சியத்தின் உயரிய

நிலையாக சிறந்து விளங்கும். நீங்கள் தொடர்ந்து இந்த நெறிமுறைகளைப் பின்பற்றிவரும் தன்மையானது அகத்தே வாய்மைபற்றி இடைவிடாது நீங்கள் செய்து வரும் ஆய்வுக்கு ஆதரவாக இருக்கும். வாழ்க்கையின் உண்மையான நோக்கம் பற்றி உள்ளத்தின் அடித்தளத்தில் ஏற்படும் விழிப்புணர்வை கடந்து செல்லுகின்ற ஒவ்வொரு நாளும் ஏற்படுத்தும்.

வாழ்க்கை மிகவும் மதிப்பு மிக்கது. "பேரருளின் உன்னத நிலையினை உணர்ந்துகொள்ளவும் உயரியதான பேரானந்தத்தினை அனுபவிக்கவும் நான் இங்கு வந்திருக்கிறேன். அந்த இறுதிக் குறிக்கோளை அடைவதற்காக எனக்கு இந்த மனிதப் பிறவியும், மனித வாழ்க்கையும் அரிய வாய்ப்பாகக் கிடைத்திருக்கிறது'' என்று சொல்லுங்கள்.

இப்போது நல்ல வாய்ப்புக் கிடைத்திருக்கிறது. இந்த உயரிய குறிக்கோள்களை அடைவதற்கான ஆர்வமும் இசைவான மனமும் நமக்கு எப்போதும் நீடித்திருக்கும் என்று யாருக்குத் தெரியும்? இந்த லட்சிய பக்தி என்னும் கவனம் தொடர்ந்து நீடித்திருக்கும் என்று யாருக்குத் தெரியும்? ஆகவே வாழ்வின் உண்மையான நோக்கத்தை உணர்ந்துகொள்ளுவதற்கு உயரியதான முயற்சியில் ஈடுபட இதுவே தருணம். உயரிய அருளையும் இறை அனுபவம் என்னும் அற்புதப் பேரானந்தத்தையும் அடைவதற்கு சிரத்தை கலந்த முயற்சியில் ஈடுபடுவதற்கு இதுவே தருணம்.

7. ஆரோக்கியம் மற்றும் வளத்துக்கு விதிமுறைகள்

அன்புள்ள அமர ஆத்மாவே! நிலையான தெய்வீக ஒளியின் புகழ்மிகு கதிர்களே! உங்களை வணங்குகிறேன். உன்னதப் பரம்பொருளைப் பலகோடிமுறை போற்றுகின்றேன்.

இந்தியாவின் மாபெரும் ஞானியர்கள் தெரிவித்துள்ள கருத்துக்களிலிருந்து ஒரு சில வார்த்தைகளை இன்று உங்கள் முன்பாகப் பேச உள்ளேன். இந்த ஞானியர்கள் தெரிவித்துள்ள கருத்துக்கள், உங்கள் ஜீவனின் ஒரு பகுதியாகவும், அழியக் கூடியதாகவும், உண்மையற்றதாகவும், உங்கள் ஜீவனின் இறுதி உண்மையாக இல்லாததுமான ஒன்றைப் பற்றியது. ஆயினும், உங்களின் உண்மை நிலையை நீங்கள் உணர்ந்து கொள்ளுவதற்கு இதுவும் ஒரு வழியாக — தனக்குரிய வகையில் — அமைந்திருக்கிறது. இந்த உடலானது நலமாக ஆரோக்கியமாக இருப்பதும், வாழ்க்கையில் மகிழ்ச்சியும், வளமும் நிறைந்திருப்பதும் நீங்கள் யார் என்பதை அறிந்துகொள்ளுவதான உங்களது வாழ்க்கையின் உண்மையான, ஒரே குறிக்கோளை நிறைவேற்றிக் கொள்ள உதவியான கருவிகளாக இருக்கின்றன.

நீங்கள் யார் என்பதை அறிந்துகொண்ட பின்னர் நீங்கள் சுதந்திரம் பெற்றவராக ஆகிவிடுகிறீர்கள்; உங்களது இந்த உலக வாழ்வின் பந்தங்களிலிருந்து நிலையாக விடுதலை பெறுகிறீர்கள்; அலுப்புத்தட்டக்கூடிய உடல்—மனம் சம்பந்தமான பந்தத்திலிருந்து நிலையாக விடுதலை பெறுகிறீர்கள்; உங்கள் கால்களைப் பின்னிக் கொண்டிருக்கும் விலங்குகளாகிய ஆசைகள், ஏக்கங்கள், அச்சங்கள் மற்றும் உங்களது உண்மை நிலையை மறந்து, உங்களது தன்மையாக இல்லாதிருக்கும் ஒன்றை உங்களது தன்மை என எண்ணிக் கொண்டிருக்கும் அறியாமை ஆகியவற்றிலிருந்தும் நிலையாக விடுதலை பெறுகிறீர்கள். என்றும் நீங்கள் அமரத்துவம் பெற்றவர். பிறப்பு உங்களுக்கு இல்லை. உங்களுக்கு இறப்பும் இல்லை. நீங்கள் மாறுதவர், அழியாதவர், நீங்கள் என்றும் அமரத்துவம் பெற்று இருப்பவர். ஏனெனில், நீடித்திருக்கும் உங்களது நிலையின் உண்மைத்தன்மை இதுதான். இந்த நேரத்திலும் கூட உங்களது ஜீவனின் அற்புதமான உண்மை நிலை இதுதான். இப்போதும், இந்த நேரத்

திலும் நீங்கள் எல்லையிலாப் பேரானந்தத்தின் சாரமாகவும், அளவிலா அமைதியாகவும் அமைந்திருக்கிறீர்கள். நீங்கள் அந்தப் பேரானந்தத்தின் முழுமையான பூரணமான தன்மையுடன் விளங்குகிறீர்கள். அதன் கறையில்லாத, குறையில்லாத நிலையுடன் காணப்படுகிறீர்கள். இந்த நில உலகில் இதனை உணர்ந்துகொள்ளுவது தான் வாழ்வின் உண்மைப் பொருளாகும்.

முற்கால ஞானியர்கள் மனிதனுக்குள்ளே பொதிந்திருக்கும் இந்தப் புகழ்மிகு இயல்பினை மிகத் தெளிவாக அறிந்திருந்தபோதிலும், இதுபற்றிய மகத்தான உணர்வு அவர்களுக்கு இருந்தபோதிலும், மனிதனின் உடல் சம்பந்தப்பட்ட நிலையில் தமக்கேயுரிய முறையில் யதார்த்தவாதிகளாக இருந்துவந்தனர். இவ்வாறு நிலையான உண்மைகளை அறிவிக்கும் தன்மைகொண்ட புராதன ஞானக் களஞ்சியமாக விளங்கும் நான்கு வேதங்களுடன் "ஐந்தாவது வேதம்" என்று இந்தியாவில் கருதப்படும் ஐந்தாவது நூலும் நமக்குக் கிடைத்திருக்கிறது. இந்த ஐந்தாவது வேதம், "ஆயுர்வேதம்" என்ற பெயரில் சிறந்து விளங்குகிறது. "ஆயுர்வேதம்" என்பது சிறப்புக்குரிய சொல் ஆகும். "ஆயு" என்றால் உங்களது இந்த உலக வாழ்க்கைக்குரிய காலத்தையும் "வேதம்" என்பது ஞானத்தையும் குறிக்கின்றன. ஆக, "ஆயுர்வேதம்" என்பது வாழ்க்கையைப்பற்றிய ஞானம் ஆகும்.

மனித வாழ்க்கையைப் பற்றிய ஞானம்தான், இந்த வாழ்க்கையை எப்படிப் பாதுகாத்துக் கொள்ளுவது, எப்படிச் சுகமாக வாழ்வது எனத் தெரிவிக்கும் இரகசியம் தான் ஆயுர்வேதத்தின் சிறப்பு ஆகும். ஆரோக்கியத்துக்கும், உடல்–மன நலத்துக்குமான இந்த இந்திய செயல் முறைக்குத் தரப்பட்டுள்ள இந்த இரகசியம், மற்ற நான்கு வேதங்களில் பொதிந்துள்ள ஆன்ம ஞானக் கருத்துக்களிலிருந்து கிடைத்ததாகும். இவ்வாறு

ஆயுர்வேதம், வேதங்களில் சொல்லப்பட்டுள்ள அடிப்படை உண்மைகளை தனக்கு ஆதாரமாகக் கொண்டிருக்கிறது.

மாபெரும் இந்திய ஞானியர்களின் பார்வையில் மனிதன்

இந்திய சிந்தனை முறை உள்ளிருந்து வெளிப்படுவதாகும். ஏனெனில் முதற்பணி, முக்கியமான பணி உன்னை நீயே உணர்ந்துகொள்ளுவதுதான். அனைத்து ஞானத்துக்கும் முதற் காரணமாக நீ இருக்கிறாய். பொருள்களைப் பார்க்க வேண்டும் என்றால் பார்ப்பவர் ஒருவர் இருக்கவேண்டும். விஷயங்களைச் சிந்திக்க வேண்டுமென்றால் காணும் பொருள்களைப் பற்றி அறிவு முதலில் ஒரு சிந்தனையாளர் வேண்டும். அறிவு வேண்டுமென்றால், முதலில் அறிந்துகொள்ளுபவர் வேண்டும். ஆகவே அறிந்துகொள்ளுபவரைப்பற்றிய, அனைத்து அறிவிலும் ஆதாரமாக விளங்கும் இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் மையமாக அமைந்திருக்கும் உங்கள் சொந்த ஆன்மாவைப்பற்றிய ஞானம்தான் முதலாவதாகக் கருதப்படுகிறது. முதலில் உங்களை அறிந்துகொள்ளுங்கள் - பிறகு உங்களுக்குப் புறத்தே இருக்கும் அனைத்தையும் அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

இந்தியாவின் பழம்பெரும் ஞானியர்கள், தனி மனிதனைப்பற்றிய உண்மைகள் குறித்து ஆய்ந்து கண்ட மகத்தான அறிவானது, மனிதன் லோகாயதமாக வாழப் பிறந்தவன் அல்ல என்பதாகும். மேலும், மனிதன் இவ்வுலக ஜீவன் அல்ல. இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் உலகாயதத் தன்மையின் இயல்புகளான மாற்றம், நிலையாமை, அழிவு, சிதைவு ஆகிய தன்மைகளைப்பெற்று மனிதனின் தோற்றத்தில் அமைந்திருக்கும் பாகங்கள், அவனுடைய ஆன்மாவின் சிறப்பான தன்மைக்குமேல் போர்த்தப்பட்டுள்ள உறை ஆகும். இவை மனிதனுக்குப் புறத்தே உள்ளவை; அவனுக்கு அவசியமானவை அல்ல. அவனுக்கு மிகவும் தேவையானது, உள்ளத்தில் நிலவக் கூடிய ஆன்ம விழிப்புணர்வுதான்.

இந்த ஆன்ம விழிப்புணர்வுக்கு அருகில் இருப்பது மனம். ஸ்தூல சரீரத்தைப்போல இந்த மனமும் ஒரு வஸ்துதான் என இந்தியப் பெருந் தத்துவ ஞானிகள் கூறியிருக்கின்றனர். ஆன்மாவுடன் மனதுக்குரிய உறவைப் பொறுத்தவரையில் உடலைவிடச் சிறந்ததான ஒரு இடத்தை மனத்துக்கு அவர்கள் கொடுப்பதில்லை. உங்களது உண்மையான ஆன்மாவுக்குச் சம்பந்தப்பட்ட வரையில், மனம் என்பது, பூமியில் உள்ள மண்ணைவிட உடலின் தசை-எலும்பு ஆகியவற்றைவிடச் சிறந்தது என்ற நிலையில் இல்லை. மனமும் ஒரு வஸ்துதான். ஆனால் அது மிகவும் நேர்த்தியான நிலையில் இருக்கிறது. அது ஒரு நுட்பமான வஸ்து. ஆன்மீக விழிப்புணர்வுதான் உண்மையான தெய்வீக இயல்புடையது. அதனுடன் ஒப்பிடும்போது, மனம் ஒரு வஸ்து; உடல் முரட்டுத் தன்மை கொண்ட வஸ்து. புறத்தேயுள்ள வஸ்து எல்லாவற்றையும்விட முரட்டுத் தன்மையுடையது. மனிதனுக்கு உள்ளே உறையும் ஆன்மாவுக்கும் அதற்கு மேல் உறையாக இருப்பவைகளுக்கு மிடையில் நிலவும் உறவைப் பொருத்துத்தான் அவனது உடலின் நிலை அமைந்திருக்கிறது என்று மனிதனைப் பற்றிய தமது கருத்தாக இந்திய மகான்கள் கூறியிருக்கின்றனர். மனம், புத்தி, உணர்வுகள், உணர்ச்சி பூர்வமான சிந்தனை, உட்சக்தி மற்றும் உடலின் ஒவ்வொரு நாடி நரம்புகள் மூலமும் இந்த ஆன்ம சக்தியானது முழுமை யாக, இடையூறின்றி உலவி வர அனுமதிக்கப்படுமானால், உடல் நல்ல ஆரோக்கியத்துடன் திகழும். ஆனால் ஆன்ம சக்தி இவ்வாறு இயல்பாகச் சென்றிட இயலாமல் தடுக்கப்படுமானால் ஆன்மாவைப் போர்த்திக் கொண் டிருக்கின்ற அனைத்துப் பாகங்களும் நோயினால் பாதிக்கப் படுகின்றன.

இந்தத் தடுப்பு எவ்வாறு ஏற்படுகிறது? இரண்டு வழிகளில் ஏற்படுகிறது. ஆன்மிக வழியில் உங்களுக்கு என்றும் ஆதாரமாக இருக்கின்ற ஒன்றை – கடவுளை

நீங்கள் முழுமையாக மறக்கின்ற அளவுக்கு உங்கள் விழிப்புணர்வு மூடிமறைக்கப்படுமானால், ஆசையைத் தூண்டக்கூடிய மனம் மற்றும் புத்தியுடனும் காமத்தைத் தூண்டக்கூடிய உடலின் புலன்களுடனும் நீங்கள் உங்களை முழுமையாக இணைத்துக்கொண்டால், பிணைத்துக்கொண்டால், ஈடுபடுத்திக்கொண்டால் பரம்பொருளுடனான உங்கள் தொடர்பும் பாதையும் துண்டிக்கப்படுகிறது. இந்த நிலையில் வாழ்க்கையில் பூரண நிலையை, முழுமையான நலனை அனுபவிக்க முடியாது. ஏனெனில், நிலையான ஆதாரமாக உள்ள பரம்பொருளை நாடினால் தவிர பூரண நிலையையும் முழுமையான நலனையும் பெற முடியாது. நாம் நமது இயல்பின் பல தன்மைகளில், நிலைகளில் கடவுளிடமிருந்துதான் நலம் பெறுகிறோம். இந்தப் பரம்பொருளிடமிருந்து நம்மைத் துண்டித்துக் கொண்டால், தாய் மரத்திலிருந்து வெட்டப்பட்ட கிளை, தாய் மரத்திலிருந்து பிரிந்து கீழ்நோக்கித் தொங்கிக் கொண்டிருப்பது போன்ற நிலைக்கு ஆளாவோம். நமது வாழ்வின் ஆதாரம் நம்மிடமிருந்து துண்டிக்கப்பட்ட காரணத்தால் நமது வாழ்க்கை சுகவீனம், நோய், பலவீனம், குறை, கவலை, தொல்லை, துன்பம் ஆகியவை நிறைந்ததாக ஆகிவிடுகிறது.

இதேபோல, நாம் நமது உடல், அதன் சக்தி, உடலுக்குள் நுண்ணிய பிராணன் மூலம் வெளிப்படும் முக்கியமான உள்சக்தி, மற்றும் நமது சிந்தனைகள், உணர்ச்சிகள் – இவற்றை நாம் தவறாகப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் முரட்டுத் தன்மை கொண்டவையாகவும் நமது அத்தியாவசியமான தெய்வீக இயல்பினை வெளிப்படுத்துவதற்குத் தகுதியற்றவையாகவும் ஆக்கிவிடுகிறோம். இதனால் இவற்றுக்கு அனுகூலமான, பயனுள்ள நமது ஆன்மீக சக்தி கிடைக்காமற் போய்விடுகிறது; பிறகு இவை நோய்வாய்ப் படுகின்றன. ஆகவே, தூய்மையாகவும், குறைவின்றியும், அமைந்திருக்கும் கருவி, தெய்வீகத் தன்மை, தன்னை முழுமை

யாகத் தடையின்றி வெளிப்படுத்திக் கொள்ள நேர்த்தியான முறையில் அனுமதிக்கிறது. இந்த முறையில் ஆரோக்கியத்துக்கு வகை செய்கிறது. இந்தக் கருத்தின் அடிப்படையில்தான் ஆயுர்வேதம் அமைந்திருக்கிறது. எனவே, நமது ஜீவனின் பல்வேறு நிலைகளில் உள்ள பல்வேறு சக்திகளை முறைதவறிப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் இந்த இயல்பான போக்கு சீர்குலைக்கப்படுகிற போது, நமது ஜீவன் நோய்க்கும் துன்பத்துக்கும் உள்ளாகிறது. மேலும், இந்தத் துன்பம்கூட மனிதன் தன்னைச் சரிப்படுத்திக்கொண்டு மீண்டும் தூய்மையான, நேர்த்தியான, சீரான வாழ்க்கையை வாழ்வதற்காக நினைவுபடுத்தத்தான் ஏற்படுகிறது என்றும் நோயைப் பற்றியும் ஆரோக்கியமற்ற நிலைபற்றியும் நன்கு புரிந்துகொண்டு தனது பழக்கத்தை மாற்றிச் சரிபடுத்திக்கொண்டு, உடலாலும் மனதாலும் வாழ்க்கையில் செய்கின்ற தவறுகளைப் போக்கிக்கொண்டு மனிதன் திருந்தினால், மனித உடலில் இயற்கையாக அமைந்திருக்கிற, இயல்பாக அமைந்திருக்கிற ஆரோக்கியம் மீண்டும் அவனுக்குக் கிடைக்கும்.

இப்போது, உங்கள் ஜீவனின் நான்கு நிலைகள்பற்றி உங்களுக்கு நன்கு தெரியும். முதலாவது உங்கள் உண்மையான ஜீவன், உங்களுக்குள் உறையும் உங்களது உண்மை இயல்பு. உடல் என்னும் ரதத்தின் மையத்தில் அமர்ந்திருக்கும் நீங்கள், பூரணத்துவத்தின் இயல்பான நிலைபேறு, விழிப்புணர்வு, அமைதி, தூய்மை ஆகிய தன்மைகளுடன் இருக்கிறீர்கள். இரண்டாவதாக உங்களைச் சுற்றி மனம் என்ற வஸ்து இருக்கிறது. இங்குதான் சிந்திக்கும் செயலும் உணர்ச்சி அடையும் செயலும் நிகழுகின்றன. இதற்கும் மேலாக இந்த உடலுக்குச் சக்தி தந்து இதனை வாழ்விக்கும் ஒன்று இருக்கிறது. அதற்கும் மேலாகத்தான் ஸ்தூல சரீரம் அமைந்திருக்கிறது. இது முரடான சதை, எலும்பு, தசை, தசை நாண் மற்றும் பல்வேறு உறுப்புக்களும் சேர்ந்து

அமைந்ததாக விளங்குகிறது. மனம், பிராணன், உடல் ஆகிய மூன்று நிலைகளில் மனிதன் குறிப்பிட்ட ஒரு தூய நிலையை ஒரு குறிப்பிட்ட சீரான நிலையைக் கடைப் பிடிக்கவேண்டும்.

ஆரோக்கியமாக இருக்க உணவு உட்கொள்ளுவது எப்படி

உடலின் சீரான நிலை, உடலின் தூய்மை ஆகியவை உணவின் மூலம்தான் கிடைக்கின்றன. உணவு சரியான தாக இருந்தால், அதை முறையாக, குறித்த நேரத்தில் உட்கொண்டால் உடலுக்கு ஆரோக்கியம் கிடைக்கிறது. ''சரியான உணவு, மிதமாக, குறித்த நேரத்தில், குறித்த முறையில் உட்கொள்ளப்படும் உணவு ஆரோக்கியத்தைத் தருகிறது'' என்று மகத்தான ஞானிகளில் ஒருவரான ஆத்ரேயர் கூறுகிறார். 'சரியான உணவு' என்று எதனைக் குறிப்பிடுகிறார்? சாத்வீக உணவை, சிறந்ததும் தூய்மை யானதுமான உணவையே அவ்வாறு குறிப்பிடுகிறார். குறித்த நேரத்தில் ஏன் சாப்பிடவேண்டும்? ஒரு நாளின் குறிப்பிட்ட சிலநேரங்களில் உடலின் சக்திகள் பெருகி நிற்கின்றன. இந்த நேரத்தில் உணவு உட்கொள்ளுவது மிகவும் பயனுடையது. உடலின் சக்திகள் வீழ்ச்சியுறும் போது உணவு உட்கொள்ளக் கூடாது. ஒருவர், மனக் கிளர்ச்சி அடைந்திருக்கும்போதும், உணர்ச்சி மேலீட்டால் குழப்பம் அடைந்திருக்கும்போதும் உணவு உட்கொள்ளக் கூடாது.

முறையாகச் சாப்பிடுவது என்றால் என்ன? அப்படி யென்றால் பக்தியுடன், மனதை இறைவனிடத்தில் செலுத்தி, அவசரப்படாமல், பதட்டம் அடையாமல் அமைதியாக, சுவைத்து உணவு உட்கொள்ளுவது. எல்லாவற்றிற்கும்மேலாக, மிதமாகச் சாப்பிடுவது. இந்த நிபந்தனைகள் அனைத்தும் பூர்த்தி செய்யப்பட்டால், உணவு, உடலைத் தூய்மைப்படுத்துகிறது; அதன்

சக்தியை அதிகரித்துச் சீரான நிலையில்வைத்திருக்கிறது. இந்தியாவில் ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின்படி உணவுக்கு அவ்வளவு மிகவும் தனிச்சிறப்பான விளக்கம் உள்ளது.

உணவுக்கு 'அன்னம்' என்றும் சொல்லப்படுகிறது. உட்கொள்ளப்படும் எதுவும் 'அன்னம்' எனப்படுகிறது. ''அன்னம்'' என்பதற்கு இரு பொருள் உண்டு. இந்த வார்த்தையின் ஒருபொருள் 'உட்கொள்ளுதல்' என்பதாகும். மற்றொரு பொருள், ''உட்கொள்ளும் வஸ்து'' என்பதாகும். இந்த இரண்டாவது பொருளுக்கு ஆயுர் வேதத்தில் மிகவும் சிறப்பான முக்கியத்துவம் உள்ளது. உணவு உட்கொள்ளப்படுகிறது. உணவு உட்கொள்ளுவதாகவும் இருக்கிறது. இதனைப்பற்றி ஆழ்ந்து சிந்தித்தால் இந்தச் சொல்லுக்குரிய இருபொருள் தெளிவாகப் புரியும். உணவு, மிதமாக உட்கொள்ளப்பட்டால் வாழ்க்கைக்கு சக்தி அளிக்கிறது. மிதமிஞ்சி உட்கொள்ளப் பட்டால் ஆரோக்கியத்தை அழிப்பதாகவும், இறுதியில் உயிரையே போக்குவதாகவும் ஆகிவிடுகிறது.

விதிமுறைப்படி பார்த்தாலும்கூட தனிமனிதனின் சக்தியை பெருமளவுக்கு கபளீகரம் செய்வதாகவே உணவு அமைந்திருக்கிறது. ஏனெனில் ஒவ்வொரு தனிமனிதனின் சக்தியிலும் பெருமளவு நாள்தோறும், நாளடைவில் — மனிதன் மயானம் செல்லுகிறவரையில் உணவினால் எடுத்துக்கொள்ளப்படுகிறது. உணவை ஜீரணித்தல், தன்வயப்படுத்தல், புறத்தே தள்ளுதல் ஆகியவற்றுக்காக உணவு இந்த சக்தியை கபளீகரம் செய்கிறது. இந்த ஜீரணித்தல், தன்வயமாக்குதல், வெளியே தள்ளுதல் என்ற செயல் முறைக்காக உடலில் உருவாக்கி வைக்கப்படும் சக்தியில் 85 முதல் 90 சதவீதம் தினந்தோறும் கபளீகரம் செய்யப்படுகிறது. ஆகவே, மிக முக்கியமான சக்தியை, உங்கள் வாழ்க்கையின் ஆதாரமாக உள்ள சக்தியை எந்த அளவுக்கு உணவு கபளீகரம் செய்கிறது என்பதை நீங்கள் காணலாம்.

உணவு உட்கொண்டதும், உட்கொள்ளப்பட்ட உணவு முழுவதும் வயிற்றுக்கு வருகிறது. இந்த உணவை ஜீரணித்து தன்வயப்படுத்துவதற்காக இந்த உடலின் செயல்முறை முழுமையாக நடைபெறவேண்டும். இந்த வேலை மனிதனின் குழந்தைப் பருவத்தில் தொடங்கி, இளமை, நடுத்தர வயது, முதுமைப்பருவம் வரை தொடர்ந்து நடைபெறுகிறது. இனிமேல் உணவு உட்கொள்ள முடியாது என்றநிலை ஒருநாள் மனிதனுக்கு ஏற்படுகிறது. சக்தியை கபளீகரம் செய்கிற இந்த உணவை சமாளிக்கும் ஆற்றல் உடலுக்கு இல்லை. டன் கணக்கான உணவை ஜீரணிப்பதற்காகவே மனிதன் தனது வாழ்க்கைச் சக்தி அனைத்தையும் செலவிட்டிருப்பதை நீங்கள் அறியலாம். மனிதன் குழந்தையாக இருந்தது முதல் உட்கொண்ட உணவு குவிக்கப்பட்டால் அது பெருங் குவியலாகப் போய்விடும். இவ்வாறு நம்மால் உட்கொள்ளப்படுகிற உணவு, நமது உயிரையே உட்கொள்ளுவதாகவும் ஆகிறது. நம்மை நாள்தோறும் அது அரித்துக் கொண்டிருக்கிறது.

ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின்படி ஆரோக்கியத்துக்கு ஆதாரமாக இருப்பது மிதமாக உணவு உட்கொள்ளுவது தான். இதனை விளக்குவதற்காகத்தான் இவ்வளவு விரிவாகக் கருத்துக்களைச் சொன்னேன். சரியான உணவை, சரியான நேரத்தில், சரியான முறையில் உட்கொண்டால் அது நல்ல ஆரோக்கியத்தைத் தருகிறது. சக்தியாக மாற்றப்படும் இந்த உணவு உடல் முழுவதும் உடற் சக்தியின் வடிவில், உள்ளுறையும் பிராணனைப் பரவுகிறது. இந்த பிராணன் தவருகப் பயன்படுத்தப்பட்டால் வாழ்க்கை சீரழிந்துபோகிறது, ஆரோக்கியம் கெட்டுப் போகிறது. மனிதனிடத்தில் இந்தப் பிராணன் எந்த வடிவில் இருக்கிறது? அது பாற் சக்தியாக, உயிர்ச் சக்தியாக, வாழ்க்கைச் சக்தியாக உள்ளது. இந்த வாழ்க்கைச் சக்தியை தவருகப் பயன்படுத்தினுல், வீணுக்கினுல் ஆரோக்கியம் அகலும், நலம் குன்றும்,

வாழ்க்கையே முடிந்துவிடும், "ஒருவர் தனது உயிர்ச் சக்தியைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளுவதுதான் வாழ்க்கை; இந்த உயிர்ச் சக்தியை இழந்தால் அழிவுதான் ஏற்படும்" என்று நமக்கு அறிவுறுத்தப்பட்டிருக்கிறது.

தன்னடக்கமும் வாழ்க்கைச் சக்தியைப் பாதுகாத்து வைத்திருப்பதும்

ஒருவர் தனது வாழ்க்கைச் சக்தியைப் பாதுகாத்து வைக்கவேண்டும் என்பதனை இந்திய மருத்துவர்கள் மிகவும் முக்கியமாக வலியுறுத்துகின்றனர். மிகவும் மிதமான அளவில் உடல் உறவு கொள்ள வேண்டும் என்று அவர்கள் திரும்பத் திரும்ப வலியுறுத்தி வருகிருர்கள். ஒரு மருத்துவர், நோயாளி ஒருவரைப் பரிசீலித்த பின்னர் அவர் உட்கொள்ள வேண்டிய உணவின் தரம், அளவுபற்றிக் கூறுகிருர். பிறகு நோயாளி, தன்னிடம் சிகிச்சை பெறுகிறவரையில் தனியாக இருக்கவேண்டும் என்றும் கூறுகிருர். நோயாளி பூரணமாக குணமடைந்தபிறகுதான் அவர் சாதாரணமாக குடும்ப வாழ்க்கையில் ஈடுபட அனுமதிப்பதுபற்றி மருத்துவர் பரிசீலிப்பார். மேலும் ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின்படி சாதாரண குடும்ப வாழ்க்கை என்பது விருப்பம்போல் அனுபவிப்பது அல்ல – சாதாரண சரீர வாழ்க்கை – கட்டுப்பாடு, மிதமான வாழ்க்கை என்ற அளவில்தான் கருதப்படுகிறது. ஆக, ஆரோக்கியம் சம்பந்தமான ஆயுர்வேத சாஸ்திரம் முழுமையாக, இந்த வாழ்க்கைச் சக்தியை உயிர்ச்சக்தியைப் பாதுகாப்பதைத்தான் ஆதாரக் கொள்கையாக அறிவிக்கிறது. இதற்கு மாருகச் சென்ருல் ஆரோக்கியம் நிலவாது. இதனை நீங்கள் புறக்கணித்தால் உலகில் உள்ள அனைத்து மருந்து தயாரிக்கும் தொழிற்சாலைகளும்கூட உங்களுக்கு எந்தவகையிலும் ஆரோக்கியத்தைத் தரமுடியாது; உலகில் உள்ள அனைத்து மருத்துவர்களும்கூட உங்கள் வாழ்வு நலம் பெறுமாறும், பலமும், உயிர்ச் சக்தியும் பெறுமாறும் செய்யமுடியாது.

உங்களுக்குள்ளே இருக்கின்ற சக்தியை நீங்கள் பாது காத்துக் கொள்ளவேண்டும். நீங்கள் நெறிதவறி அதனைப் பாழாக்கினால் மீண்டும் எவரும் அதனை உங்களுக்குத் தரமுடியாது. ஏனெனில் அது புறத்தேஇருந்து தரப்படக் கூடிய ஒரு பொருள் அல்ல. புட்டிகளிலிருந்தோ, வில்லை களிலிருந்தோ, பவுடரிலிருந்தோ, மருந்திலிருந்தோ அதனைப் பெறமுடியாது. அது இயலாத ஒன்று. இந்தச் சக்தி உங்களில் ஒரு பகுதி. அதனைப் பாதுகாப்பதன் மூலமும், மிதமான வாழ்க்கை வாழ்வதன் மூலமும் அதனைப் பெருக்கிக் கொள்ளவேண்டும்.

ஆயுர்வேத சாஸ்திரம் இந்த ஒரு கொள்கையின் அடிப்படையில்தான் அமைந்திருக்கிறது. இந்த நோக்கில் தான், வாழ்வின் துவக்கத்திலிருந்தே மாணவர்களுக்கு தன்னடக்கத்தின் முக்கியத்துவம் பற்றியும் உயிர்ச் சக்தியைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டியதன் முக்கியத்துவம் பற்றியும் போதிக்கப்படுகிறது. இது இழக்கப்பட்டால், சீர்குலைக்கப்பட்டால் பிராண நிலை, தடுமாறிப் போகும் அளவுக்குத் தள்ளப்படுகிறது. உணவுப் பழக்கத்தில் ஏற்படுகிற தவறு, உங்கள் உடலைத் தூய்மையற்றதாகவும், முரட்டுத்தனமானதாகவும் ஆக்குவதுபோல, இந்த உயிர்ச் சக்தியைப் பயன்படுத்து வதில் நிகழும் தவறு, பிராண நிலையைச் சீரழித்து விடுகிறது. உயிர்ச் சக்தி என்பது, உடல், உணவிலிருந்து ஈர்த்துக்கொள்ளும் சக்தியின் சாரமாகும். இந்தச் சக்தி பாதுகாக்கப்படாவிடில், பிராண நிலையின் இயல்பான தன்மை மாற்றப்படுகிறது; பிராணன் இணக்கமற்ற தன்மையில் ஊசலாடுகிறது. பிராணன் இவ்வாறு ஊசலாடும்போது எல்லாவிதமான நோய்களும் தலை யெடுக்கின்றன.

மனம், அகத்தே உங்களது பூரண நிலைக்கு விளக்கந் தரும் களமாக அமையாமல், முற்றிலும் ஆன்மீகத் தன்மையற்ற, மிருகத்தனமான, முரட்டுத்தனமான

காமம், கோபம், வேட்கை, பேராசை, வெறுப்பு, பொறுமை, எரிச்சல் ஆகியவற்றைக் கொண்ட எண்ணங்கள், உணர்வுகள், மன எழுச்சி ஆகியவற்றின் களமாக ஆகிவிட்டால், இந்த எண்ணங்கள் மனதில் அலைபாய ஆரம்பித்துவிட்டால், உடல் ஆரோக்கியம் உடையதாக இருக்காது.

மனமும் உடலும் — வியாதியும் ஆதி வியாதியும்

நீங்கள் நோயுற்ற, ஆரோக்கியமற்ற மனதுடன் இருக்கும்போது ஆரோக்கியமான உடலை பெற்றிருக்க முடியாது. உணவு உருவாக்கும் ரத்தம், விஷமாக மாறி விடுகிறது. மனதில் நிறைந்திருக்கும் உணர்ச்சிகள், நாசம் விளைவிப்பதாக, தூய்மையற்றதாக, முரட்டுத்தனமானதாக, ஆன்மாவின் இயல்புக்கு இசைவற்றதாக, ஆன்மீகத் தன்மையற்றதாக, உடலின் இயல்பினை உடையதாக, முரட்டுத்தனமான தசையின் இயல்பினை உடையதாக இருந்தால் உடல் அதிகபட்ச சக்தியை உணவிலிருந்து ஈர்த்துக்கொள்ள முடியாது. வெறுப்பு, பொறுமை, வன்முறை போன்ற சரீர சம்பந்தமான ஆசைகளும், மிருகத்தனமான உணர்ச்சிகளும், உங்களது உண்மையான ஜீவனை வெளிப்படுத்தும் கருவியாக இருக்கத் தகுதியற்றதாக உங்கள் மனதை ஆக்கிவிடுகின்றன. ஆதலால் இத்தகைய மனம், நோய்க்குக் காரணமான தன்மைகளின் இருப்பிடமாக ஆகிவிடுகிறது. இத்தகைய மனத்தின் உள்நிலை, நோய்கள் பரவுவதற்கான சூழ்நிலைகள் ஏற்படுவதற்கு ஏற்ற செழிப்பான ஆதாரமாக, வளமான இடமாக அமைந்து விடுகிறது. ஆயுர்வேதத்தை அருளிய மகான்கள், இந்த உண்மையை மூவாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னரேயே தெரிவித்திருக்கின்றனர். ஆனால் மேற்கத்திய உளவியல் வல்லுநர்கள், கடந்த சில நூற்றுண்டுகளில், மருத்துவ மனைகளில் காணப்படும் உடல் நோய்களில் ஐம்பது முதல் எண்பது சதவிகிதத்துக்கும் மேலானவற்றிற்குக் காரணம், மனத்தில் இருக்

கிறது என்றும் அதுதான் உடலில் வெளிப்படுத்தப் படுகிறது என்றும் "திடீரென்று" கண்டுபிடிக்க ஆரம்பித்து விட்டனர். சில ஐரோப்பிய உளவியல் நிபுணர்கள் செய்த பணியின் விளைவாக, உடல் நலக் குறைவு மனத்திலிருந்துதான் ஏற்படுகிறது என்று அண்மையில்தான் மேற்கத்திய நாடுகளில் உணரப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால் ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின் அஸ்திவாரமே இந்த ஞானத்தில்தான் அமைந்திருக்கிறது. மனநிலை அமைதியாக, சாந்தமாக, அன்பு நிறைந்ததாக, அன்பும் தூய்மையும் கலந்திருப்பதாக இருந்தால் தவிர, நோய் குணப்படுத்தப்பட முடியாது. சக்தி பெறுவதற்கு மௌனமாக இருக்கும்படி மருத்துவர்கள் நோயாளியிடம் கூறுவர். "நீங்கள் இறைவனின் திருவடியை நெருங்கிச் செல்ல வேண்டும் என்று விரும்பிக்கொண்டு, தவறான எண்ணமும், உங்கள் சகோதரரை மன்னிக்காத தன்மையும் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அப்படியானால் முதலில் புறப்படுங்கள், உங்கள் சகோதரரை மன்னியுங்கள். அதன்பிறகு இறைவனை நெருங்கி வழிபாடு செய்யுங்கள்" என்று தன் அருகில் வர விரும்பிய ஒருவரைப் பார்த்து ஏசுநாதர் கூறினார். இதேபோலத்தான் பழங்கால இந்திய மருத்துவர்கள், "நீங்கள் எவரிடமாவது வெறுப்புக் கொண்டிருந்தால், பொறாமை கொண்டிருந்தால், பகைமை கொண்டிருந்தால் உங்களுக்கு என்னால் சிகிச்சையளிக்க முடியாது. நான் இந்த மருந்தைத் தர முடியாது. என்னிடம் உள்ள மருந்து ஆன்மீகத் தன்மை உடையது. என்னிடம் உள்ள மருந்து மிகவும் தெய்வீகமானது, புனிதமானது. முதலாவதாக, உங்கள் மனத்திலிருந்து தெய்வீகத் தன்மையற்ற கருத்துக்களை அகற்ற வேண்டும். அதன்பிறகு என்னிடம் வாருங்கள். அப்போது உங்களுக்கு சிகிச்சையளிக்கிறேன்" என்பார்கள்.

ஆயுர்வேதத்தின் கருத்து, நோய்க்குக் காரணம், உடலில் அல்ல, மனத்தில்தான் என்பது ஆகும். மனத்தில் உள்ள இந்த நோய்க்குக் காரணம் புறத்தே உடலில்

காணப்படும் நோய் ஆகும். உடலில் தோன்றும் நோயை 'வியாதி' என்கிறார்கள். உடல் நலமின்மைக்குக் காரணமாக இருக்கிற மன நலமற்ற தன்மையை 'ஆதிவியாதி' என்கின்றனர். 'ஆதி' என்றால் முதலாவது, துவக்கம், பிரதானம் என்று பொருள். உள்ளே நிலவும் உணர்ச்சி மயமான நிலை ஆதிவியாதி எனப்படுகிறது. ஆதிவியாதி என்றால் முதலாவது வியாதி என்பது தெளிவு. முதலாவது வியாதி தோன்றியதும் தொடர்ந்து அடுத்த வியாதி ஏற்படுகிறது. இவ்வாறு மனத்தின் தவறான போக்கு, தவறான ஆசை இவற்றின் உண்மை விளைவும், ஒருவர் தனது உயிர்ச் சக்தியை தவறான முறையில், நெறியற்ற வகையில் பயன்படுத்தும் போக்கும் நோயை வரவழைக்கும் குறிப்பிட்ட சில நிலைமைகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன.

மூன்று தோஷங்கள் பற்றி ஆயுர்வேதத்தின் கருத்து

இந்தியாவின் முற்கால ஞானியர்கள் மேற்கத்திய வழியில் அன்றி தமக்கேயுரிய தனிச் சிறப்பான முறையில் இந்த உடல் நிலைகள் பற்றி விளக்கம் அளித்திருக்கின்றனர். "மூன்று தோஷங்கள்" பற்றிய கருத்தை அவர்கள் வெளியிட்டார்கள். மனத்திலும், உயிர்ச் சக்தியிலும் ஏற்படுகிற கோளாறுகளால் தோற்றுவிக்கப்படும் நோய்களின் நிலையை, ஆயுர்வேத சாஸ்திரம் உடலின் "மூன்று தோஷங்களை" அடிப்படையாக வைத்து பரிசோதிக்கிறது. மனத் தூய்மையையும் உயிர்ச் சக்தியின் அருமையையும் நிலைகுலையச் செய்வதால், மனிதனின் நிலைமையை சாதாரணமாக நெறிப்படுத்தும் மூன்று தோஷங்கள், சமநிலையிலிருந்து தடுமாறிப் போகின்றன. இங்கிலாந்து மற்றும் ஐரோப்பாவில் இந்த மூன்று தோஷங்கள் பற்றிய கருத்து, இடைக்கால மருந்துக்கு முற்றிலும் அறிமுகமற்றவை அல்ல. ஆயுர்வேதத்துக்குச் சமமான ஒரு மருத்துவ முறை இங்கும் வழக்கத்தில் இருந்திருக்கும் என்றும் ஒருவேளை அவை அரேபியா மற்றும் கிரேக்க நாட்டிலிருந்து வந்திருக்கக்கூடும் என்றும் நான் நம்புகிறேன்.

இந்த மூன்று தோஷங்கள், ''கபம் சம்பந்தமான தோஷம்'', ''வாயு சம்பந்தமான தோஷம்'' ''பித்தம் சம்பந்தமான தோஷம்'' ஆகியவை ஆகும். ஆரோக்கிய மான உடலில் இவை ஒரு குறிப்பிட்ட விகிதாசாரத்தில் அமைந்திருக்கின்றன. உயிர்ச் சக்தியை தவருக, முறை தவறிப் பயன்படுத்துவதாலும், அளவுக்குமீறிப் பயன்படுத்துவதாலும் தவருன எண்ணங்கள் மற்றும் உணர்ச்சிகளால் மனம் தடுமாறுகிறது. இந்தச் சமயத்தில் இந்த மூன்று தோஷங்கள் சீர்குலைந்து போகின்றன; நோய் பரவத் தொடங்குகிறது. இந்தச் சீர்குலைவினுல் கபம் சம்பந்தமான தோஷம் அதிகமாக இருந்தால், மார்ச்சளி நோய், சுவாசப்பை கோளாறு, இருமல், ஜலதோஷம், விஷக் கிருமிகளால் தொல்லை என்பன போன்ற கபம் சம்பந்தமான நோய்கள் வருகின்றன. இந்தச் சீர்குலைவினுல் வாயு சம்பந்தமான தோஷம் அதிகமாக இருந்தால், உடல்வலி, மூட்டுவலி, பக்கவாதம், இடுப்புப் பிடிப்பு, குடலில் வாயுவினுல் தொல்லை என்பன போன்ற வாயு சம்பந்தமான நோய்கள் ஏற்படுகின்றன.

ஆயுர்வேத மருத்துவர்கள் கொடுக்கிற மருந்து இந்த மூன்று தோஷங்களின் சீர்குலைவைப் போக்குவதற்குத் தான். ஆனுல் ஒரு ஆயுர்வேத மருத்துவர், ''இந்த மூன்று தோஷங்களையும், இந்த மருந்தின் மூலம், சீரான நிலைக் குக் கொண்டு வர நான் முயற்சிக்கிறேன். ஆனுல் நீ உனக்குள்ளேயே இதற்கான முயற்சியை மேற்கொள்ள வேண்டும்'' என்று நோயாளியிடம் கூறுகிருர். முதல் தேவை, முழுமையான தன்னடக்கம். இரண்டாவதாக வருவது உணர்ச்சிவசப்படும் நிலை, தவருன உணர்ச்சி களிலிருந்து உங்களை விடுவித்துக் கொள்ளுங்கள். இதற்கு என்ன செய்யலாம்? இதற்கு உண்மையாக உதவி செய்ய ஆயுர்வேத ஞானிகள் இருக்கிருர்கள். நவீனகால உளவியல் நிபுணர்களைப் போன்று அவர்களுக்கு 'உளவியல்' தெரியாது. ஆயினும் எதனை அறிந்து

கொள்ள வேண்டுமோ, அதனை அவர்கள் அறிந்துகொண் டிருந்தார்கள், ''நீங்கள் மன அமைதி பெற வேண்டு மானால், மனத்தை உணர்ச்சிவசப்படும் நிலையிலிருந்து விடுவித்துக் கொள்ளுங்கள். மனத்தில் ஆன்மீக அலை பாயுமாறு செய்யுங்கள்'' என்று அவர்கள் கூறினார்கள். இதற்காக, குறிப்பிட்ட ஒரு மந்திரத்தை ஜபம் செய்யு மாறும் குறிப்பிட்ட ஒரு தெய்வத்தை குறிப்பிட்ட முறை யில் குறிப்பிட்ட வழிபாட்டுத் தலத்தில் வழிபடுமாறும் அவர்கள் கூறினார்கள்.

வழிபாடு உங்கள் வாழ்வின் சக்திமிக்க கருவி என்பதை நீங்கள் நன்கு அறிவீர்கள். மீண்டும் உங்கள் மனதை இறைவனை நோக்கிச் செலுத்துகிறபோது, உங்கள் ஆன்மாவை நீங்கள் துண்டித்துக்கொண்டுள்ள பரம் பொருளுடன் சம்பந்தப்படுத்திக் கொள்கிறபோது, — இந்த உலகாயத வாழ்வுக்கும் மனிதப் பிறவிக்கும் காரணமாக இருப்பது நாம் நம்மை இறைவனிடமிருந்து பிரித்துக் கொண்டதுதான் — மனம் ம்முழுமையாகத் தூய்மைப்படுத் தப் படுகிறது. மீண்டும் ஒருமுறை, தெய்வத்தை வழி பட்டு, தெய்வீக நிலைக்கு உன்னை உயர்த்திக்கொண்டு, இறைவனின் திருநாமங்களை திரும்பத் திரும்ப உச்சரித் தால், மந்திரங்களை ஜபம் செய்தால் மனம் தூய்மைப் படுகிறது; ஸ்தூல சரீரத்தில் நோய்க்கான அறிகுறிகள் தோன்றக் காரணமாக இருந்த முரட்டுத்தனமான நிலை திருத்தி அமைக்கப்படுகிறது. ஆக, மருத்துவர் வெளி யிலிருந்து முயற்சி செய்கிறார். நோயாளி உள்ளுக்குள் முயற்சி செய்கிறார். இவர்கள் இருவரின் ஒத்துழைப்பாலும் உடல் குணமடைந்து மீண்டும் ஆரோக்கியம் பெறுகிறது. சுருங்கச் சொன்னால், வாழ்க்கைக்கு வழிகாட்டிடும் ஆயுர்வேதத்தின்படி, ஆரோக்கியத்துக்கான கருத்தும் செயல்முறையும் இதுதான்.

மனிதன் தெய்வீகத் தன்மை உடையவன். ஆரோக் கியம் அவனது இயற்கையான இயல்பு. தூய்மையும்,

நேர்த்தியும் ஆரோக்கியத்துக்கு அடிப்படையான தேவைகளாகும். இதனை ஆதாரமாகக் கொண்டுள்ள ஆயுர்வேதம் ஆர்வந்தரும் வகையில் அறிவிப்புச் செய்கிறது. ஹிந்துவின் வாழ்க்கை நோக்கில், தனிமனிதன் — தர்மம், அர்த்தம், காமம், மோக்ஷம் (அறம், பொருள், இன்பம், வீடு) என்னும் நான்கு நிலைகளில் வாழ்ந்தாக வேண்டும். தர்மம் என்பது அறநெறியின்படி வாழ்வதாகும். அர்த்தம் என்பது வசதியாக வாழ்வதற்காகப் பொருள் தேடிக்கொள்ளுவதாகும் (ஹிந்து சிந்தனை முறையில், பொருள் விட்டுவிடப்படவில்லை. பொருள் வசதியாக வாழ்வதற்கு நேர்மையான முறையில் திரட்டப் படவேண்டும் என ஹிந்து சிந்தனை முறை தெரிவிக்கிறது). காமம் என்பது கௌரவமான, நேர்மையான வாழ்வுக்கு அவசியமான, ஒருவருடைய நலனுக்கு அவசியமான, யாருடன் அவர் வாழ்ந்து வருகிறாரோ அவர்களின் நலனுக்கு அவசியமான அனைத்து நியாயமான ஆசைகளை யும் பூர்த்தி செய்துகொள்ளுவதாகும். பிறருடைய நலனை பாதிக்காத நியாயமான ஆசைகளை நிறைவேற்றிக் கொள்ளுவதுதான் காமம் எனப்படும். மோக்ஷம் என்பது தெய்வீக நிலையில் விடுதலை பெற்றிருப்பது; தெய்வீகச் சூழலில் என்றும் சுதந்திரமாக இருப்பது.

இந்த நான்கு நிலைகளையும் அடைவதற்கு நமது ஆரோக்கியம் உன்னதமான, சிறந்த ஆதாரமாகும் என ஆயுர்வேதம் கூறுகிறது. ஆரோக்கியமின்றி இந்த நான்கில் ஒன்றைக்கூட அடையமுடியாது. ஆகவே உடலைப் பேணுவது, நமது தலையாய கடமைகளில் ஒன்று. இதனை (1) மிதமான போக்கு, சுயகட்டுப்பாடு ஆகியவற்றின் மூலம் உயிர்ச் சக்தியைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளுவதன் மூலமும் (2) சரியான சிந்தனை, சரியான உணர்வு, முறையான வழிபாடு இவற்றின் வழியாக மனதைப் பக்குவப்படுத்திக் கொள்ளுவதன் மூலமும் (3) தூய்மையான உணவை, மிதமாக, சரியான நேரத்தில் சரியான முறையில் உட்கொண்டு, முழுமையாக ஜீரணித்து,

உணவை மனம் அமைதியுற்றிருக்கும்போது உட்கொண்டு, உணவு உட்கொண்ட பின்னர் சிறிதுநேரம் ஓய்வெடுத்து உடல் நிலையை கவனமாகப் பார்த்துக்கொள்ளுவதன் மூலமும் இந்தக் கடமையைச் சரிவரச் செய்யமுடியும்.

இவ்வாறு, உங்கள் ஆரோக்கியத்தை கவனமாகப் பேணுவதன் மூலமும், மனத்தை சரியான போக்கில் வைத்திருக்கும்போதும், உயிர்ச் சக்தியை முறையாகப் பாதுகாத்து வைத்திருக்கும்போதும் நீங்கள் நல்ல ஆரோக்கிய நிலையில் இருக்கிறீர்கள். வாழ்க்கையில் வளமான நிலையினைப் பெறுவதற்கும் நீங்கள் எவ்வாறு முயற்சிசெய்ய முடியும்? நியாயமான அளவில் வளத்தினை எப்படிப் பெறுவது? இந்த வாழ்க்கை வளம் என்பது, பேராசையை அல்லது அளவிலா ஆசையைப் பூர்த்தி செய்வது என்பதாக ஆகாது. இந்த வாழ்க்கை வளம் என்பது, மன அமைதியுடன், கவலையற்ற சுதந்திரமான சூழ்நிலையில் வசதியாக, ஆனால் நியாயமான அளவுடன் வாழ்வது என்று பொருள் ஆகும். இந்த வாழ்க்கை, கிளர்ச்சியற்றதாக, அமைதியுடையதாக இருக்கும். நீங்கள் உங்களது சகோதர மக்களுக்குத் தொண்டு செய்வதற்கு மனத்தையும் கருத்தையும் செலுத்தவும் இறைவனை வழிபடவும், நீங்கள் பிறருக்கும் உங்களுக்கும் மிகச் சிறப்பான முறையில் உபயோகமாக அமைந்திருக்கவும் இது உதவும். வளமான வாழ்வுக்கு விதிமுறைகள் யாவை? நான் வளமான வாழ்வுக்குரிய இரகசியத்தைக் குறிப்பிடவில்லை. வளமான வாழ்வுக்குரிய விதிமுறைகளைக் குறிப்பிடுகிறேன்.

வளமான வாழ்க்கையை அடைவது எப்படி?

வருவாய்க்குக் குறைந்த அளவில் செலவு செய்து வருவாய்க்குத் தகுந்த வாழ்க்கை வாழுவதுதான் வளமான வாழ்க்கையைப் பெறுவதன் இரகசியம். கடனாளியாக ஆகாதீர்கள்! சுருங்கச் சொன்னால் இதுதான்

மகத்தான அறிவு. எப்படி வளமான வாழ்க்கையை நடத்துவது? நீங்கள் 150 ரூபாய் சம்பாதித்தால் 149 ரூபாயை மட்டும் செலவு செய்யுங்கள். இப்படிச் செய்தால் ஒரு ரூபாய் எப்போதும் உங்களிடம் மீதம் இருக்கும். என்னைக் கேட்டால் உங்களுக்கு ஒன்று சொல்லுவேன்: ''ஒருபோதும் தவணை முறைக்குள் அகப்பட்டுக் கொள்ளாதீர்கள்''. கையில் பணம் இருந்தால் பொருட்களை வாங்குங்கள். கையில் பணம் இல்லையென்றால் அவை இல்லாமலேயே வாழ்க்கையை நடத்துங்கள்.

வளமான வாழ்வுக்குச் சில விதிமுறைகள் உள்ளன. நிலையான ஆன்மீக உண்மைகளிலிருந்து இந்த விதிமுறைகள் வகுக்கப்பட்டிருக்கின்றன. பற்றாக்குறை அல்லது தேவைபற்றி நீங்கள் எண்ணத் துவங்கினால் பற்றாக் குறையை நீங்கள் அனுபவிக்கிறீர்கள். உங்களிடம் செல்வம் இருப்பதாக நீங்கள் எண்ணினால், நிழல் தொடருவதுபோல, செல்வம் உங்களுடன் வருகிறது. நீங்கள் ஆசைகொண்டால், வறுமையினை வரவழைத்துக் கொள்ளுகிறீர்கள். ஆசைதான், வறுமை. இன்னும் வேண்டும் என்ற எண்ணம்தான் ஆசை. ஆசைப்படத் துவங்கும்போதே நீங்கள் பிச்சைக்காரராக ஆகிவிடுகிறீர்கள். வளமான வாழ்க்கைக்குரிய விதிமுறைகளைப் பின்பற்றி வாழ்வதும், பொதுஅறிவுடன் வாழ்வதும்தான் வளமான வாழ்வின் இரகசியம் என முன்னோர்கள் அறிவுறுத்தியிருக்கின்றனர்.

ஒருவர், சுயமறதியாக வறுமையை வரவழைத்துக் கொண்டால் பின்னர் வறுமையே வாழ்க்கை முறையாக ஆகிவிடுகிறது. வாழ்க்கை விதிமுறையைச் சரியாகச் செயல்படுத்தத் தேவையானதாக இருப்பது, ஆசையிலிருந்து விடுதலைபெறுவதாகும். ஏன்? முழுமையான நிறைவு உன்னிடத்தில் இருக்கிறது. உன்னிடம் இல்லாதது இல்லை. ஏனெனில், அனைத்துமாக இருக்கிற இறைவனைச் சார்ந்தவனாக நீ இருக்கிறாய். எங்கும் எதிலும்

இறைவன் நிறைந்திருக்கிறான். அனைத்துக்கும் ஆதாரமாக அவன் இருக்கிறான். அவனிடத்தில் எல்லாம் இருக்கின்றன. நீங்கள் அவனிடத்தில் இருப்பதாக உணர்ந்தால், நீங்கள் அனைத்தையும் பெறுகிறீர்கள். அனைத்திலும் இருக்கிறீர்கள். இந்த அறிவை உறுதிப்படுத்துவதும், எப்போதும் நீங்கள் இறைவனிடத்தில் இருப்பதை உறுதிப்படுத்துவதும்தான் நாய் தனது எஜமானன் பின்னே வருவதுபோல, வளமான வாழ்க்கை உங்களைப் பின்தொடர்ந்து வருமாறு செய்வதற்கு வழியாகும்.

எண்ணிப்பார்த்தால் நீங்கள் இந்தப்படைப்பு முழுமைக்கும் எஜமானனாக இருப்பது தெரியும். ஏனெனில் அனைத்துக்கும் எஜமானனாக இருக்கும் ஒருவரின் வாரிசாக நீங்கள் இருக்கிறீர்கள். உங்களுக்கு ஒரு குறையும் இல்லை. பூரண நிறைவும், குறைவிலாச் செல்வமும் உங்களது இயல்பான தன்மை. உங்களது உண்மை இயல்பே, நிறைவு ஆகும். இதனை நீங்கள் மென்மேலும் நம்பிக்கையுடன் உறுதிப்படுத்துகிறபோது, வளமான வாழ்க்கை உங்களின் இயல்பான தன்மை என்ற உண்மை பளிச்செனப் புரிகிறது.

தேவை அல்லது வறுமைபற்றி எண்ணுவது மனத்தின் போக்காகும். உங்களிடத்தில் இருப்பதைக்கொண்டு ''என்னிடத்தில் அனைத்தும் இருக்கிறது'' என நீங்கள் எண்ணினால் பிறகு உங்களுக்கு எதுவும் தேவைப்படாது. ஆனால் உங்களிடம் இருப்பதைக்கொண்டு திருப்தி அடையாமல், ''என்னிடம் அது இல்லை, இது இல்லை'' என்று எண்ணினால் உங்களிடம் எதுவும் இல்லை என்று ஆகிவிடும். பத்து லட்சத்துக்கு அதிபதியாக இருக்கிற ஒருவர் (Millionaire) இருபது லட்சம் வேண்டும், நாற்பது லட்சம் வேண்டும் என்று ஆசைப்பட்டால் அவன் உண்மையிலேயே ஒரு பிச்சைக்காரன்தான். ஒரு நாளைக்கு மூன்று அல்லது நான்கு ரூபாய் சம்பாதிக்கிற ஒரு வண்டிக்காரன் அல்லது பொருள்களைச்சுமந்து கூலிபெறும் போர்டர்

"இதுபோதும்–என் பை எப்போதும் நிறைந்திருக்கிறது" என்று எண்ணுகிருன். இந்த நபர், லட்சாதிபதியைவிட உயர்ந்தவர். ஏனெனில் இந்த நபர், பற்ருக்குறை, தேவைபற்றி அழுது வடியவில்லை. ஆசையின் பிச்சைக் காரத்தனம் இந்த நபரிடம் இல்லை.

ஆகவே, எப்போதும் உங்கள் நிறைவை பூரண மான செல்வத்தை உறுதிப்படுத்துங்கள். பற்ருக்குறை உணர்வில்லாத வாழ்க்கையை நடத்துங்கள். கடவுள் உங்களிடம் இருக்கிருர் என்ற உணர்வுடனும் அனைத்தும் உங்களிடம் இருக்கிறது என்ற உணர்வுடனும் வாழ்க் கையை நடத்துங்கள். வளமான வாழ்வுக்குரிய ஒரேவழி இதுதான். இதுதான் வளமான வாழ்வின் உண்மை விதிமுறையின் இரகசியம். இதனை நீங்கள் உறுதிப் படுத்துகிற நேரத்தில் நிலைமை மாறுகிறது. உங்கள் வாழ்க்கைநிலை உங்களது எண்ணத்தின் விளைவு ஆகும். இறுதியாக, உங்கள் வாழ்க்கையை உருவாக்குவது உங்களது எண்ணங்கள்தான். பெரிய மாளிகையை உருவாக்குவது, அடுக்கடுக்காக வைக்கப்படும் செங்கற் கள். உண்மையில் இதுபோலத்தான் உங்களது எண்ணங் கள் உங்களது வாழ்க்கையை உருவாக்குகின்றன. அவை உங்களது வாழ்வு முழுவதையும் உருவாக்கமுடியும். உங்கள் வாழ்வில் எந்தச் சூழ்நிலையையும் அவைகளால் உருவாக்கமுடியும். எண்ணங்கள் முறையானவையாக இருந்தால், அவற்ருல் உங்கள் ஆரோக்கியத்துக்கான சூழ்நிலையைக்கூட உருவாக்கமுடியும். மனிதன் ஏதேனும் ஒன்றைப் பற்றிக்கொண்டு ஏறிச் செல்லுவதுபோல, முறை யான எண்ணம், முன்னேற்றுவதற்கான சக்தியினைப் பெற்றிருக்கிறது. அணு அணுவாகச் சரிசெய்து அது ஆரோக்கியத்தைத் தரும். உங்களிடத்தில் ஏதேனும் கோளாறு ஏற்பட்டால் முறையான எண்ணத்தின் மூலம் அதனைச் சரிப்படுத்திவிட முடியும். ஆனல் முறைகேடான எண்ணம், பூரணமாக, நல்லநிலையில் இருப்பவற்றைக் கூட நோய்வாய்ப் படும்படியாக ஆக்கிவிடும்.

எண்ணத்தின் ஆற்றல் உங்களிடத்திலிருந்துதான் ஏற்படுகிறது. இந்த ஆற்றல் உங்கள் ஆன்மாவிலிருந்தே ஏற்படுகிறது. ஏனெனில் அது உங்களுக்கு மிகவும் அருகாமையில் இருக்கிறது. அனைத்து வகையான எண்ண ஆற்றலுக்கும் ஆதாரமாக, பின்னணியாக ஆன்ம சக்தி அமைந்திருக்கிறது. உங்களது உண்மையான நிலையினை உணர்ந்து நீங்கள் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுகிறபோது, உங்களுக்குச் சம்பந்தமில்லாத, உங்கள் இயல்புக்கு மாறான சூழ்நிலையினை நீங்கள் சமாளிக்க முடிகிறது.

இந்தநோக்கில், திருப்தி என்பது என்னிடம் செல்வம் நிறைந்திருக்கிறது என்று உறுதிப்படுத்தும் உண்மை இரகசியமாகும். எந்தச் சூழ்நிலையிலும் நீங்கள் நிறைவுடன் இருப்பதாக உணருங்கள். உங்களிடம் ஒரு ரூபாய் இருந்தால் அதனை ஒரு லக்ஷமாகக் கருதுங்கள். உங்களிடம் பத்து ரூபாய் இருந்தால் அதனைப் பத்து லக்ஷமாகக் கருதுங்கள். நீங்கள் மனத்திருப்தியுடன் இருந்தால், உங்களை கவலைக்கு ஆளாக்க எதனாலும் முடியாது. உங்களுக்கு மனத்திருப்தி இல்லையென்றால் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியினைத்தர எதனாலும் இயலாது.

வளமான வாழ்வின் இரகசியம், நீங்கள் உங்களது உண்மையான செல்வம் கொழிக்கும் இயல்பினை, நிறைவுடன் இருக்கும் உங்களது உண்மைத் தன்மையினை நீங்கள் உறுதிப்படுத்துவதில்தான் இருக்கிறது. நீங்கள் மனத்திருப்தியுடன் இருங்கள். ''எந்தவிதமான ஆசைக்கும் அனுமதி இல்லை'' என்ற அறிவிப்புப் பலகையை உங்கள் மனத்தில் தொங்கவிட்டுக் கொள்ளுங்கள். ஒரு ஆசை எழுகிறது என்றால், அதனை அந்தக் கணப் பொழுதிலேயே புறக்கணித்து விடுங்கள். ''ஆசையே! வெளியேறு'' என்று சொல்லுங்கள். நீங்கள் இப்படிச் செய்தால் விரும்பிய பொருள் தானாகவே உங்களை நாடி வரும் அனுபவம் உங்களுக்கு ஏற்படும். ஒரு பொருளைத்

தேடி ஓடுகிறவரையில், உங்களுக்கு அந்தப் பொருள் கிடைக்காது. ஒரு பொருளை நாடாமல், திரும்பிச் செல்லுகிறபோது அந்தப் பொருள் தானுகவே உங்களிடம் வந்து சேருகிறது. இது நிலையான விதிமுறை. இதனைக் கண்டுபிடித்து, தமது வாழ்க்கையில் கடைப்பிடித்துள்ள வர்கள் நிரூபித்துக் காட்டிவரும் விதிமுறை இது. உங்கள் ஆசை அதிகரிக்க அதிகரிக்க, உங்களது தேவையும் அதிகரிக்கிறது.

வளமான வாழ்வுக்கு ஆன்மீக விதிமுறை

இதனைக்காட்டிலும் சிறந்ததாக ஒன்று உள்ளது. இந்த பிரபஞ்சத்தில் உள்ள அனைத்தும் தெய்வீக அம்சத்தின் சாரமாக உள்ளன என்று ஒரு ஹிந்து நம்புகிருன். ஒவ்வொரு பொருளும் கடவுள். ஒவ்வொரு சக்தியும் கடவுள். ஒவ்வொரு அற்புதமும் கடவுள். ஒவ்வொரு உயிரும் கடவுள். ஒவ்வொரு பெயரும் வடிவமும் கடவுள். நீங்கள் அனுபவிக்கும் ஒவ்வொன்றும் தெய்வீக சாரத்தின் பல்வேறு வடிவங்களாகும். வாழ்க்கையின் வளம் என்பது ''பிரபஞ்சத்தின் ஆதார சக்தியாக இருக்கிற தெய்வீக சக்தியின்'' நேரடியான வெளிப்பாடுகள் ஆகும். இந்த பிரபஞ்ச செயல் முறையில் தெய்வீக சக்தி தன்னை முன்னேற்றும் சக்தியாக் வெளிப்படுத்திக் கொள்ளுகிறது. கடந்தகாலம், நிகழ்காலம், எதிர்காலம் என்னும் முக்காலமும் ஆதார சக்தியாக இருந்து இந்த தெய்வீக சக்தி செயல்படுகிறது. கொணரப்பட்ட ஒன்றை அது பாதுகாக்கிறது; சத்துள்ளதாகச் செய்கிறது; நிலைநிறுத்துகிறது; இந்தவட்டத்தின் மறுமுனையில் கடவுள் இருப்பதனை நீங்கள் காணுகிறீர்கள். இதே சக்தி இந்த உலகத்திற்குக் கொண்டுவரப்பட்ட அனைத்தையும் தன்பால் இழுத்துக் கொள்ளுகிறது; வெளிப்பாடற்ற பழைய நிலைக்குக் கொண்டு செல்லுகிறது. பாதுகாத்து, சத்துள்ளதாக்கி, நிலைநிறுத்தி கவனித்துக்கொள்ளும் தெய்வீக சக்தியின் அம்சமாக இருக்கிற மையப்பகுதிதான் நமக்கு மிகவும்

முக்கியமானது. இதனை அது பலவகையில் செயற்படுத்து கிறது. தெய்வீக சக்தி, உணவாக வருகிறது; பருவங் களாக வருகிறது; மேகங்களாகவும், மழையாகவும் வருகிறது. நிலத்திலிருந்து வெளிப்படுகிற நிலவளமாகவும் இச்சக்தி தோன்றுகிறது. உணவை ஜீரணித்து நமக்குச் சக்தி தருகிற இரைப்பைத் தீயாக நமக்குள்ளே இந்தச் சக்தி அமைந்திருக்கிறது. வளமான அனைத்துச் சூழ்நிலை யாகவும் இந்தச் சக்தி தோன்றுகிறது.

இந்தவகையில் உணவு, நமக்குக் கடவுள், நம்மை வாழ்விக்கும் ஒவ்வொன்றும் கடவுள். கடவுள் புறத்தே உணவாக வெளிப்படுகிறான். உங்களுக்குள்ளே உயிர்ச் சக்தியாக அமைந்திருப்பதும் இறைவன்தான். நமது உயிரை நிலைநிறுத்துகிற அனைத்துப் பொருட்களும் கடவுளின் தோற்றங்கள் ஆகும். மகத்தான வாழ்க்கைச் சக்தி கடவுள். உங்களுக்குள்ளே இருக்கும் ஜீவன் விழிப் புணர்விலிருந்து உருவாகும் ஞானஒளி, இறைவன்.

நீங்கள் உணவை அவமதிக்கக் கூடாது. உணவை இறுமாப்புடன், கோபத்துடன், வெறுப்புடன் உட்கொள்ளக் கூடாது. அது தவறு. ஒரு ஹிந்து உணவருந்தும்போது, முதலில் கைப்பிடியளவு சாதத்தை கையில் எடுத்து அதனை நெற்றிவரை பக்தியுணர்வுடன் எடுத்துச் செல்கிறான்; வணங்குகிறான்; அதன்பிறகுதான் அந்த சாதத்தை உண்பதற்காக வாயில் போட்டுக் கொள்கிறான். அவன் முதலில் உணவுக்கு வணக்கம் செலுத்துகிறான்; அதன் பிறகு அதனை உட்கொள்ளு கிறான்.

ஆகவே, உணவை மரியாதைக் குறைவாக உண்ணக் கூடாது; "இந்தத் தட்டில் போட்டிருக்கிற இது என்ன உணவு?" என்று குறைகூறும் மனப்போக்குடனும் உண்ணக் கூடாது. உணவு உட்கொள்ளும்போது கோபப்படக் கூடாது. வழிபாட்டு உணர்வுடன் உணவை உட்கொள்ளவேண்டும். உணவை வீணாக்கக் கூடாது.

உணவை வீணுக்குவதும் அவமரியாதை செய்வதாக ஆகும். அது, உணவை தவருக்ப் பயன்படுத்துவதாக ஆகும். உணவை வீணுக்குபவன், வாழ்க்கையில் வளம் பெற முடியாது.

உணவு உங்களது உடலில் சக்தியாக ஈர்த்துக் கொள்ளப்படுகிறது. ஆகவே உங்களது ஜீவனின் உயிர்ச் சக்தி கடவுளாகக் கருதப்படுகிறது. அது தெய்வீக சக்தி யின் வெளிப்பாடு ஆகும். ஆகவே அதனையும் கௌரவத் துடன் மதிப்புடன் போற்றவேண்டும். அதனை அவமதிக்கக் கூடாது. அதனைத் தவருகப் பயன்படுத்தக் கூடாது. அதனை வீணுக்கக் கூடாது.

இத்தகைய வாழ்க்கை வாழுபவருக்கு வளம் பெருகு கிறது. இறுதியில், உனது அனைத்து எண்ணங்களும், போக்குகளும் தூயதாக இருக்கவேண்டும். வளமான வாழ்க்கை உண்மையைப் பின்பற்றுகிறது. வளமான வாழ்க்கை தூய்மையைப் பின்பற்றுகிறது. வளமான வாழ்க்கை கருணையை, அன்பை, நல்லெண்ணத்தைப் பின்பற்றுகிறது. பிறர் நன்ருக வாழவேண்டும் என நீங்கள் எப்போதும் விரும்பினுல், பிறர் வளமாக வாழவேண்டும் என நீங்கள் எப்போதும் விரும்பினுல், நீங்கள் எப்போதும் பிறர் நலனையே நாடினுல் இயல்பாகவே நீங்கள் வளமான வாழ்வினைப் பெறுகிறீர்கள். வளமான வாழ்க்கை என்ருல் நீங்கள் பல லக்ஷத்துக்கு அதிபதியாக ஆவது என்று பொருள்கொள்ளத் தேவையில்லை. வளமான வாழ்க்கை என்ருல், உங்களுக்கு ஒருபோதும் பற்ருக்குறை என்பது இருக்காது என்று பொருள். நீங்கள் ஒருபோதும் துன்பப் பட மாட்டீர்கள். கடவுள் உங்களை கவனித்துக்கொள்ளு வார்; உங்களின் அனைத்துத் தேவைகளையும் பூர்த்தி செய்வார். ஒவ்வொரு கணப்பொழுதிலும் ஏற்படுகிற எந்தத் தேவையையும் கடவுள் பூர்த்தி செய்கிருர்.

மனித வாழ்க்கை முழுவதும் கடவுளால் வழிநடத்திச் செல்லப்படுகிறது என்று நாம் அறிந்துகொள்ள வேண்டும்;

உணர்ந்துகொள்ள வேண்டும். இறைவன் பிரபஞ்சத்துக்கு உள்ளிருந்து பிரபஞ்சம் முழுவதையும் பாதுகாக்கிறன். இறைவன் பிரபஞ்சத்துக்கு உள்ளே இருந்துகொண்டு பிரபஞ்சம் முழுவதையும் வழிநடத்திச் செல்லுகிறன். அவன்தான் உங்களது வாழ்க்கையையும் வழிநடத்திச் செல்லுகிறன்.

உங்கள் வாழ்வின் ஒவ்வொரு கணப்பொழுதிலும் வளமான வாழ்வுக்கான நிபந்தனைகளை நீங்கள் பூர்த்தி செய்தால், உணவு, சக்தி, பணம், உங்களின் சொந்த எண்ணம், திறமை என்பதாக வெளிப்பட்டிருக்கும் இறைவனின் பல்வேறு வடிவங்களை மதித்துப் போற்றி, அவற்றை உயர்ந்த உன்னதமான முறையில் பயன் படுத்தி, அவற்றை வீணுக்காமல் மதிப்புடனும் பக்தி யுடனும் பயன்படுத்தினுல், அப்போது வளமான வாழ்வு உறுதியாகக் கிடைக்கிறது. அப்போது வளமான வாழ்வு உங்கள் காலடியை அடைகிறது. அதற்கு இது தவிர வேறு வழியில்லை. அது உங்கள் இல்லத்தை நிரப்பும். அந்த இல்லம் எப்போதும் ஒளிக்கதிர்கள் நிறைந்த தாகவும், மகிழ்ச்சியும், தானமும், நல்லெண்ணமும் நிறைந்ததாகவும் இருக்கும். அங்கு உணவு மதிக்கப்படும். அங்கு நிதானபுத்தி நிலவும்.

இல்லத்தில் வளம்பெருக மதிப்புமிக்க சில யோசனைகள்

ஒரு ஹிந்து என்ற முறையில் நான்கு அல்லது ஐந்து விஷயங்களை நான் உங்களுக்குச் சொல்ல விரும்புகிறேன். பெரியோர்கள் மரியதையுடன் கெளரவிக்கப்படுகிற இடத்தில் வளம் பெருகுகிறது. எந்த இடத்தில் பெரியவர்கள் – தாய் தந்தையர், தாத்தா, பாட்டி, மாமா, அத்தை ஆகியோர் மரியாதைக் குறைவாக, கடுமையாக, மதிப்புக் குறைவாக நடத்தப்படுகின்றுர்களோ அங்கு வளம் இருக்காது.

இந்த விஷயங்கள் அறிந்துகொள்ளப் படுவதில்லை. ஆகவே மக்கள் அல்லற்படுகிறபோது, மக்கள் மகிழ்ச்சியின்றி இருக்கும்போது, மக்கள் வாழ்வில் வளம் குன்றியிருக்கும்போது ஏன் இந்தநிலை ஏற்பட்டது என்று எவருக்கும் புரிவதில்லை. ஒருவர் வளமான வாழ்வுக்குரிய விதிமுறைகளை தகர்த்தெறியும்போது இந்தநிலை தோன்றுகிறது. அதன் பிறகு நாட்குறிப்பு, புள்ளி விவரங்கள், வரவு – செலவு கணக்கு ஆகியவற்றைப்பார்த்து மோசமான சூழ்நிலையின் விளைவுகளைக் கண்டறிய முயற்சிக்கிறோம். ஒருவேளையில் நீங்கள் பொருளாதாரக் காரணங்கள்தான் உங்களின் மோசமான நிலையினை உருவாக்கி விட்டதாகக் கருதுகிறீர்கள். உண்மைநிலை அது அல்ல. நீங்கள் ஆன்மீக விதிமுறைகளை மீறியதன் மூலம் மோசமான சூழ்நிலையினை உருவாக்கிக் கொள்ளுகிறீர்கள். பெரியவர்களை மரியாதையுடனும், கௌரவத்துடனும், பக்தியுடனும் போற்றிக் காக்கின்ற இடத்தில், அந்தக் குடும்பத்தில், அந்த இல்லத்தில் வளம் நிறைந்திருக்கும். பெரியவர்களை மதித்துப் போற்றுகின்ற ஒருவரின் வாழ்வு என்றும் வளம் நிறைந்தாக இருக்கும்.

இரண்டாவதாக பெண்கள் மதிக்கப்படுகிற இல்லத்தில், அவர்களுக்குரிய மரியாதை தரப்படுகிற இடத்தில் வளம் நிறைந்திருக்கிறது. இந்த மனிதகுலம் பெண்களுக்காக இல்லை என்றால் நாம் எங்கே இருக்கிறோம்? இந்த பிரபஞ்சம் முழுவதற்கும் மூலகாரணமாக இருப்பவள் ஆதிபராசக்தி. தாய்மார்களும், பெண்களும் அவர்களுக்குரிய மரியாதையுடன் நடத்தப்படுகிற இல்லத்தில் வளம் நிறைந்திருக்கும். பெண்கள் மரியாதைக் குறைவாக, அன்பில்லாமல், கடுமையான முறையில் நடத்தப்படுகிற இடத்தில் வளம் இருக்காது. மனைவியும், தாயும் கண்ணீர் விட்டுக் கதறுமாறு செய்யப்படும் இல்லத்தில் பெண்கள் கண்ணீர் சிந்தும் இல்லத்தில் வளம் இருக்காது. பெண்கள் கண்ணீர் விட்டுக் கதறுகிற இல்லத்திலிருந்து வளமான வாழ்வு இறக்கை கட்டிக்கொண்டு பறந்து செல்கிறது.

மூன்ருவதாக, பெண்களைப் பொறுத்த வரையில் அடக்கம் வளமான வாழ்வை வரவேற்கிறது. பெண்ணுக்கு அடக்கம் உயர்ந்த ஆபரணம். ஒரு பெண்ணின் ஆபரணம், ஒரு பெண்ணின் அழகு, அவள் அணிந்து கொள்ளும் நகைகளிலோ அல்லது அவள் அணிந்து கொள்ளும் ஆடை அல்லது பொருள்களிலோ இல்லை. —அது அழகல்ல. எண்ணிப் பார்த்தால் உடல் அழகு எத்தகையது? நீங்கள் இந்த உடலை விட்டுப் பிரிந்துவிட்டால் அது இங்கு உபயோகமற்றதாக ஆகிவிடுகிறது. ஆகவே ஒரு பெண்ணின் உண்மையான அழகு, வசீகரம் என்பது அடக்கம் ஆகும். ஒரு பெண் அடக்கத்துடனும், கற்புடனும் திகழ்ந்தால், அவள் வணக்கத்திற்குரியவளாக ஆகிருள். கற்பு, அடக்கம், வசீகரம் ஆகிய ஆபரணங்களுடன் திகழும் பெண்கள் இருக்கிற குடும்பத்தில் வளமான வாழ்க்கை ஒரு வேலைக்காரனைப்போல, பணிப் பெண்ணைப்போல வந்து சேருகிறது.

நவீனமான, உயர்ந்திருக்கிற சமுதாயங்களில் பெண்கள் பெண்களாக இல்லாதிருப்பது மிகவும் பரிதாபகரமாக இருக்கிறது. அவர்கள் பெண்களுக்குரிய பண்புகளை இழந்து நிற்கின்றனர். ஒரு பெண்ணைப் பெண்ணுக வைத்திருப்பது, அவளது மென்மையான தன்மை, அவளது வசீகரம், அவளது அன்பு, அவளது மன்னிக்கும் இயல்பு, அவளது பொறுமை என்னும் பெண்மைக்குரிய பண்புகள்தான். இந்தப் பண்புகள் ஒரு பெண்ணை தேவதையாக ஆக்குகின்றன. பெண்களிடத்தில் இந்தப் பண்புகள் இல்லையென்ருல், அவர்கள் வாயாடியாகவும் எரிந்து விழுபவர்களாகவும், கடுமையானவர்களாகவும், பகை பாராட்டுபவர்களாகவும் இருந்தால் வளம் ஏற்படாது. ஒரு பெண் எல்லா வகையிலும் ஆணைப்போல மாற விரும்பினுல் அவள் இருக்கும் இடத்தில் வளம் இருக்காது. இது இயலாதது. பெண், சில விஷயங்களில் சமத்துவம் கோரலாம்; எல்லா விஷயங்களிலும் சமத்துவத்தைக் கோர முடியாது. ஆணுக்குப் பெண் சமமாக

இருக்க வேண்டுமென்ற வேட்கையால், பெண் தனது வசீகரத்தை, அடக்கத்தை, கற்பை, இறுதியில், இறைவன் அவளுக்குத் தந்திருக்கிற ஒப்பற்ற பொருளை இழந்து நிற்கிருள்.

''பெண்கள் வணங்கப்படுகிற இடத்தில் தெய்வங்கள் உண்மையில், மகிழ்ச்சியுடன் நடனம் ஆடுகின்றன'' என்று வேதம் கூறுகிறது. பெண் தனது அடக்கமின்மையால் இத்தகைய வழிபாட்டுக்கான உரிமையை இழந்து நிற்கிற போது, வளம் இருக்கமுடியாது.

கடைசியாக ஆனுல் முக்கியமாக ஒன்றைக் கூறுகிறேன். தினமும் கடவுள் வழிபாடு செய்யப்படுகிற இல்லத்தில் வளமான வாழ்வு நிறைந்திருக்கிறது. இறைவழிபாடு தொடர்ந்து செய்யப்படுகிற இல்லத்தில் பூரணமான மகிழ்ச்சியும், அருளும், வளமும் நிறைந்திருக்கிறது. காலையில் நீங்கள் எழுந்திருக்கும்போது, ஆரோக்கியத்துக்காக, உடலுக்காக, தூய மனதுக்காக, உங்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் பயனுள்ள வாழ்க்கை வாழ்வதற்காக உடலில் நிறைந்துள்ள சக்திக்காக நீங்கள் இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்துங்கள். மீண்டும் மாலையில், அன்றையப் பொழுது நல்ல பொழுதாகக் கழிந்ததற்காகவும், நல்ல இயற்கைச் சூழ்நிலையும், காற்றும், ஆரோக்கியமும், சக்தியும், தொண்டு செய்யும் வாய்ப்பும், உங்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் உபயோகமாக இருக்கும் வாய்ப்பும் கிடைத்ததற்காகவும் நன்றி செலுத்துங்கள். ஒவ்வொரு நாளும் இவ்வாறு நன்றி செலுத்துவதும், இறைவழிபாடு செய்வதும் நிகழ்ந்தால் நிச்சயமாக வளம் நிலைத்திருக்கும். வழிபாடு நடைபெறுகிற இடத்தில் இறைவன் பிரத்யட்சமாக இருக்கிருர். இறைவன் பிரத்யட்சமாக இருக்கும்போது, வளமான வாழ்வுக்குக் குறைவேது? நல்லதாகிய ஒவ்வொன்றும், அருள் மயமான ஒவ்வொன்றும் அந்த இல்லத்தில் நிறைந்திருக்கும்.

விளக்கு இருக்கின்ற இடத்தில் ஒளியும், கதிர் வீச்சும் இருப்பது போல, கடவுள் இருக்கிற இடத்தில் பூரணமாக புனிதத்துவமும், பூரண அருளும், வளமும் இயல்பாக நிறைந்திருக்கிறது. ஆகவே, நீங்கள் வளமான வாழ்வு நிறைவாகப் பெறவேண்டுமானுல், எப்போதும் வழிபாடு செய்யுங்கள். தேவாலயத்தை மட்டுமே பிரார்த்தனை செய்யும் இடமாகவும், வழிபாடு செய்யும் இடமாகவும் கருதாதீர்கள். ஒவ்வொரு இல்லமும் வழிபாட்டுத்தலமாக ஆகட்டும். ஒவ்வொரு இல்லமும் பிரார்த்தனைக் கேந்திர மாக ஆகட்டும். ஒவ்வொரு இல்லமும் இறைவனின் இருப்பிடமாக ஆகட்டும். பெண்கள், அடக்கம், கற்பு, தூய்மை, வசீகரம் ஆகிய பண்புகளின் உறைவிடமாக அமையட்டும். குடும்பத்தில் உள்ள குழந்தைகளும், ஆண்களும் பெண்களுக்கு உரிய மரியாதை கொடுத்து, அவர்களை அன்புடனும் மதிப்புடனும், கௌரவத்துடனும் நடத்தட்டும். குழந்தைகள் பெரியவர்களை மதித்துப் போற் றட்டும். இந்த விஷயங்கள் பின்பற்றப்பட்டால், பூர்த்தி செய்யப்பட்டால் வளமான வாழ்க்கை சந்தேகமில்லாமல் நிலவும். அப்போது, தேவை இருக்காது; கஷ்டங்கள் இருக்க முடியாது. அத்தகைய இல்லத்தில் பற்ருக்குறை நிலவ முடியாது.

முற்கால ஞானியரின் இறுதியான ஞானம் இதுதான்: "வளமான வாழ்வு மனிதனின் நடத்தையால் உருவாக் கப்படுவது" என்று அவர்கள் கூறுகிருர்கள். புறச் சூழ் நிலை இரண்டாம்பட்சமானவை. அவை பிரதானமான காரணங்கள் அல்ல.

8. கடவுளை தெய்வத்தாயாக வழிபடுதல்

சுடர்விட்டுப் பிரகாசிக்கும் அமர ஆத்மாவே! தெய்வத்தின் புகழ் ஓங்கட்டும்! கடவுளின் கருணை உலகம் முழுவதற்கும் அமைதியைத் தரட்டும். மனிதகுலம் முழுமைக்கும் மகிழ்ச்சியையும், நல்வாழ்வையும் தரட்டும்.

சனாதன தர்மம் என்று போற்றப்படும் பழங்கால வைதிக வாழ்க்கைமுறை, மேற்கில் ஹிந்துத்துவம் என்று அறியப்படும் வாழ்க்கைமுறை, இந்த மண்ணுலக பந்தத்தை உதறித்தள்ளிவிட்டு இறை அனுபவத்துடன் இயற்கை எய்துவதை உயரிய குறிக்கோளாகக் குறிப்பிடுகிறது. ஆன்மீக வளர்ச்சியும், அருட்பேறும் நிரம்பிய இந்த நிலைதான் மோக்ஷம் அல்லது கைவல்யம் எனப்படுகிறது. இந்தநிலை பூரண ஆனந்தமும் நிலையான திருப்தியும் நிறைந்திருக்கும்நிலை. இந்த நிலையில் கவலைகளும், துன்பங்களும் இல்லை. உன்னதப் பேரானந்தநிலை இது. நீங்கள் பிறப்பையும் இறப்பையும் கடந்த நிலையினை அடைகிறீர்கள்.

சனாதன தர்மம், இந்த உன்னதமான குறிக்கோளை அடைவதற்கு ஏற்றதான, விரும்பத்தக்க, லட்சியமயமான வாழ்க்கை முறையைக் குறிப்பிட்டிருப்பதுடன் மோக்ஷத்தைத்தவிர மற்ற மூன்று விஷயங்களையும் குறிப்பிட்டிருக்கின்றது. அவை யாவன: முதலாவது, தர்மம் .அல்லது அறநெறி; இரண்டாவது, தர்மத்தின் விதிமுறைகளை மீறாமல் சாதாரணமாக வாழ்க்கைக்குத் தேவையான பொருள்களை சேகரித்துக்கொள்ள முயற்சி செய்தல்; மூன்றாவது, உங்களுக்கு ஏற்படுகிற கடமைகளை நிறைவேற்றிக்கொள்ளுவதற்காக உங்களது நியாயமான தனிப்பட்ட (சுயநலம் உடையதல்ல) ஆசைகளை நிறைவேற்றிக்கொள்ளுவது. இங்கும்கூட இந்த ஆசைகள் தர்மத்துக்கு முரணானதாக இருக்கக் கூடாது. இவ்வாறு, மோக்ஷத்தை அடையும் செயல்முறையில் தர்மம் உன்னத நிலையில் ஆட்சிசெலுத்துகிறதா என்று கவனித்துக்கொள்ள வேண்டும். ஆகவே உண்மையான சனாதனி எல்லா நிலைகளிலும், ஒவ்வொரு சூழ்நிலையிலும் தர்மத்தைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். ஒரு உண்மையான சனாதனியாக உள்ள ஹிந்து, தனது வாழ்வின் உன்னதமான தெய்வீகக் குறிக்கோளை ஒரு கணமும் ஒருபோதும் மறக்காமல், எப்போதும் அதனை நினைவில்

நிறுத்தி, தனது வாழ்வு முழுவதையும் அறநெறி என்னும் குறிக்கோளின் அடிப்படையில் அமைத்துக்கொள்ளுகிறான்.

இப்போது, தெய்வீக அனுபவத்தின் மூலம் இறுதிக் குறிக்கோள் அல்லது மோக்ஷத்தை அடைவது என்பது உண்மையான சனாதன ஹிந்துவின் முக்கியக் குறிக்கோளாக இருப்பதால், இந்தப் புராதன மதம் அதனை அடைவதற்கான வழி முறைகளையும் மிகத் தெளிவாக வரையறுத்துக் கூறியுள்ளது. கணக்கற்ற வழிமுறைகளும், நுட்பங்களும் சுட்டிக் காட்டப்பட்டிருக்கின்றன. அவை பலவாக இருந்தாலும் மேற்போக்காக வேறுபட்டிருந்தாலும் அவற்றை சுருக்கமாக குறிப்பிட வேண்டும் என்றும் 'வழிபாடு' என்று கூறலாம். கடவுளை வழிபாட்டின் மூலம் அடையலாம். வழிபாடு, தெய்வத்தின் கருணையை ஈர்க்கிறது. வழிபாடு என்பது நம்மை இறைவனுக்கு அருகில் கொண்டு செல்லுவது என்பதாக ஆகிறது. வழிபாடு அனைத்து விதமான வழிபாடுகளையும் தன்னகத்தே கொண்டிருக்கிறது. இந்த வழிபாடு மலைவாழ் மக்கள் குரூரமாக கல்லை வழிபடும் முறையிலிருந்து மிகவும் ஆழ்ந்த ஆன்மீக சமாதி நிலை என்னும் உயர்ந்த நிலை வரை அமைந்திருக்கிறது. சமாதி நிலையில், வழிபடுகிறவர் மனம் அல்லது புலன்கள் உதவியின்றி உன்னத விழிப்புணர்வு என்னும் நிலையில் நேரடியாக தெய்வத்தை வழிபடுகிறார். வழிபாட்டில் வழிபடுபவரும், வழிபாடு செய்யப்படும் தெய்வமும் இருக்கிறது. இவ்வகையான வழிபாட்டில் இஷ்ட தேவதை வழிபாடு நேரடிச் சம்பந்தம் உடையதாக இருக்கிறது. சுருங்கச் சொன்னால். இந்த வகையில்தான், நாம் சக்தி வழிபாட்டை எண்ணத் துவங்குகிறோம். அல்லது பிரபஞ்ச தெய்வத் தாயாக கடவுளை வழிபடுகிறோம்.

சக்தி வழிபாட்டின் தொடக்கநிலை

மனிதன் கடவுளை பிரபஞ்ச அன்னையாகக் கருதி வழிபடுவதற்கு பல்வேறு காரணங்களின் அடிப்படையில்

விசேஷ முக்கியத்துவம் உண்டு. முதலாவதாக, மனிதன் குழந்தைப் பருவத்தில் புரிந்துகொண்டு நட்பு பாராட்டும் முதல் நபர் அன்னைதான். தனிமனிதனின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்யும் உன்னத அன்னை, ஒரு நிலையில் அனைத்தும் அவள் என்ற தன்மைக்கு உயர்ந்து நிற்கிருள். இரண்டாவதாக, மனித உறவிலே மிகவும் இனியதான, அன்பான உறவு அன்னையுடனை உறவுதான். மூன்ருவதாக, தந்தையை கண்டிப்பவராகவும், கட்டுப்பாட்டை வலியுறுத்துபவராகவும்தான் நாம் கருதுகிறேம். ஆனால் அன்னை, இயல்பான அன்பு, கருணை, ஆதரிக்கும் மென்மை, பாதுகாப்பு, பொறுமை, மன்னிப்பு ஆகிய பண்புகளின் இருப்பிடமாகக் கருதப்படுகிருள். ஆகவே, தவறு செய்கிற மனிதன் இயல்பாகவே பிரபஞ்சத் தந்தை என்ற முறையில் அணுகாமல், தெய்வீக அன்னை என்ற முறையில் அணுகுகிருன். வசதிகளையும், ஆறுதலையும், மன்னிப்பையும் எதிர்பார்க்கும் மனிதன், தந்தையை விடத் தாயையே அணுகுகிருன். தந்தை மிகவும் கண்டிப்பானவராக இருக்கக் கூடும். ஆனல் அன்னையிடம் அக்கறை, அன்பு, மன்னிப்பு ஆகிய குணங்களை எதிர் பார்க்கலாம். ஆகவே, வழிவழியாக மனிதன், காலமெல்லாம் போற்றப்பட்டுவரும் சக்தி வழிபாடு என்னும் பரம்பரை வழக்கத்தின் மூலம் உன்னதப் பரம்பொருளை பிரபஞ்சத் தாயாகக் கருதி வழிபடுகிருன்.

தெய்வத் தாயை வழிபடும் இந்த முறையில், வழிபடுகிறவர் இயற்கையாகவே தன்னைத் தாயின் குழந்தையாகக் கருதுகிருர். இந்த குணப் பண்பில்தான் இவ்வகை அணுகுதலின் சாரமே அடங்கியிருக்கிறது. அன்னையின் அனைத்துக் குணநலன்களையும் முழுமையாக நம்பி ஒரு குழந்தை அன்னையை அணுகுவதுபோல, தெய்வத் தாயை வழிபடுகிற ஒருவரும் அன்னையின் திருவடிகளில் இதயபூர்வமான அன்புடன் சரணுகதியடைந்து இனிய நம்பிக்கையுடன் இருக்கிருர். இந்த வழிபாட்டில் உள்ள உறவானது, வழிபடுபவரின் தோற்றத்தில் பெரும் மாறு

தலை ஏற்படுத்துகிறது. குரூரமான அகங்காரம் இருந்த இடத்தில் குழந்தையின் இயல்பான எளிமை அமைகிறது. நேர்மையின்மை இருந்த இடத்தில் வஞ்சகமின்மை அமைகிறது. தான் என்னும் முரட்டுத்தனம் அகன்று அமைதியான பணிவு தோன்றுகிறது. அச்சமும் ஆச்சரியமும் இருந்த இடத்தில் அச்சமின்மையும், நம்பிக்கையும் தோன்றுகின்றன. இவ்வாறு தெய்வத்தாய் வணங்கப் படுகிறாள்.

தாய் என்றால் அன்பு; தாய் என்றால் கருணை. தாய் என்றால் பாதுகாக்கும் தன்மை; மென்மையான கவனிப்பு. நமது சக்தி வழிபாடு, உயரிய ஆன்மீக நிலையினை நமக்கு என்றும் தரவேண்டுமென்றால், இத்தகைய வழிபாடுகள் அனைத்துக்கும் இறுதிக் குறிக்கோளான இறை அனுபவத்தினை அடையுமாறு இந்த சக்தி வழிபாடு செய்யவேண்டு மென்றால், நாம் இவற்றை மனதில் நிலைநிறுத்திக் கொள்ள வேண்டும். வழிபாட்டு முறை, உங்கள் விழிப்புணர்வில் படிப்படியாக தெய்வீகத் தன்மையை ஏற்படுத்துவதை குறிக்கோளாகக் கொண்டிருக்கிறது. தெய்வீகத் தன்மையை நீங்கள் அனுபவிக்க வேண்டுமென்றால் நீங்கள் தெய்வீகத் தன்மை உடையவராக ஆகவேண்டும். அன்னையின் அன்பையும், கருணையையும் பெறுவதற்கு நீங்கள் ஒரு சுடர்விடும் கேந்திரமாக இருக்க வேண்டும். தெய்வீக நிலையை அடைவது என்பது தமோ குணத்திலிருந்து ரஜோ குணத்துக்கும், ரஜோ குணத்திலிருந்து சத்துவ குணத்திற்கும், சத்துவ குணத்திலிருந்து சுத்த சத்துவ குணத்திற்கும் மாறிச் செல்வதாகும். ஒருவர் இந்த மூன்று குணங்களையும் கடந்து செல்லுகிறபோது தெய்வீக நிலையினை அடைகிறார். ஆகவே தெய்வீக அன்னையின் உண்மையான சரியான வழிபாடு, சிறந்த ஆன்மீகப் பண்பாகிய உயரிய சத்துவ குணம் ஆகும். தெய்வத்தின் முற்றிலும் அருவ நிலையானது கடுமையானது, அடைதற்கு அரிதானது என்றால், உருவ நிலையானது, மென்மையானது, அருகில்

இருப்பது, பழக்கமானது, முழுமையாக அணுகக் கூடியது. தெய்வீக அன்னை, அன்பு கொண்ட அன்னை, பக்தி செலுத்தும் ஆன்மாவைத் தனது தெய்வீக இதயாசனத்தில் அமர்த்திக்கொள்ள, தனது இரு கரங்களையும் நீட்டிக் காத்திருக்கிறாள்.

சக்தி வழிபாட்டில் முற்றிலும் வேறான முறைகள்

ஹிந்து மத உலகில் தற்போது நிலவி வருவது போல, சக்தி வழிபாடு என்பது, மூன்று அல்லது நான்கு தெளிவான வேறுபட்ட முறைகளாக உள்ளன. சக்தி வழிபாடு செய்யும் பக்தர்களில் சிலர் சாக்த தந்திரங்களில் (Shakta Tantras) கூறப்பட்டுள்ள முறைகளின் படி சக்தியை வழிபடுகின்றனர். இது குறிப்பிட்ட சில சடங்குகள் நிறைந்த மிகவும் நுட்பமான வழிபாட்டு முறையாகும். இத்தகைய வழிபாடு செய்கிற ஒருவருக்கு சக்தி வழிபாட்டுப் பாரம்பரியப்படி தீக்ஷை அளிக்கப்பட வேண்டும். சாக்தர்களில் வேறு சிலரும் சாக்தர்களல்லாதவர்களும் எளிய சடங்குகளுடன் தூய பக்தியின் மூலம் வழிபாட்டில் தம்மை ஈடுபடுத்திக் கொள்ளுகின்றனர். இது தந்திர வழிபாடு போன்று அவ்வளவு நுட்பமானதல்ல. இதன் மூலம் அன்னை அன்பின் வடிவமாகவே கருதி வணங்கப்படுகிறாள். நவராத்திரி பூஜையின்போது ஒன்பது நாட்களிலும் எல்லா மக்களும் அன்னை பராசக்தியை வழிபடுகின்றனர். இந்த நாடு தழுவிய வழிபாட்டில் அன்னை பராசக்தி புனிதத் தன்மையாகவும், அருட்பேருகவும் வளமாகவும் எண்ணி வணங்கப்படுகிறாள்.

மற்றொரு வகையான சக்தி வழிபாடுபற்றி இங்கு குறிப்பிடுவது இடப்பொருத்தமற்றதாக ஆகாது. இந்த வகையான வழிபாடு மட்டரகமானது, தூய்மையற்றது; தவிர்க்கப்படவேண்டியது. இது, அச்சத்திலும், மூட நம்பிக்கையிலும் செய்யப்படுகிற சக்தி வழிபாடு ஆகும். இந்த வழிபாட்டு முறையில் அன்னை பயங்கர தேவதை

யாகக் கருதப்படுகிருள். அன்னை, கோபமும், பழிவாங்கும் தன்மையும் உடையவளாகக் கருதப்படுகிருள். இந்த முறையில், அன்னை அன்பு செலுத்துபவளாக இல்லாமல் தண்டிப்பவளாக இருக்கிருள். இது சக்தி வழிபாடே அல்ல. இது தாய்மையின் தன்மையைத் திரித்துக் கூறுவதாக ஆகும். இது தாமஸம் பொருந்திய வழிபாடு. இது, தாமஸ குணங்களான குற்ற உணர்வு, அச்சம், கொடுமை ஆகியவற்றை வழிபடுவோரிடத்தில் தோற்றுவிக்கிறது. இத்தகைய வழிபாட்டில் ஈடுபடுகிறவர் தமது பயங்கர தேவதையைத் திருப்திப் படுத்துவதற்காக பிற உயிர்களைக் கொல்லும் வெறுக்கத்தக்க நடவடிக்கையில் ஈடுபடுகிருர். தன்னுல் தரமுடியாத உயிரை அவர் பிரிக்கிருர். இவ்வாறு உயிரைப்பறிக்க அவருக்கு உரிமை கிடையாது. அன்னை, மனிதர்களுக்கு மட்டும் அன்னையல்ல; படைக்கப்பட்டுள்ள அனைத்துக்கும் அவள் அன்னையாக விளங்குகிருள். வழிபடுபவர் இதனை அறியாத கருத்துக் குருடராக இருக்கிருர். ஒவ்வொரு மீனும், ஒவ்வொரு கோழியும், ஒவ்வொரு மிருகமும், ஒவ்வொரு பூச்சியும் தெய்வத்தாயின் தெய்வீகக் குழந்தை. பறவைகளும் பிராணிகளும்கூட அவளது குழந்தைகள். எல்லா உயிர்களும் புனிதமானவை. உயிர்க் கொலை, பாவச் செயல். ஒரு மனிதனைக் கொலை செய்வது சட்டப்படி குற்றம் என்ருல் பேசும் ஆற்றல் அற்ற மிருகங்களைக் கொல்லுவது தர்மப்படி குற்றம் ஆகும். அன்னையின் பெயரால் நடைபெறும் இந்தக் கொலை கடவுளுக்கு விரோதமாகச் செய்யப்படும் குற்றம் ஆகும். அத்தகைய பாவச் செயலின் மூலம் தெய்வத்தின் அருளைப் பெறமுடியாது. அது, தவிர்க்கமுடியாத விளைவாக, மேலும் அதிகமான துன்பத்தைத்தான் சேர்க்கும்.

வழிபாடு என்பது பிரபஞ்ச தர்மமான அன்புக்கும் கருணைக்கும் முரணுனதாக இருக்கக்கூடாது. இரக்கமற்ற செயல் எந்தப் பெயரில் வந்தாலும் அதனைப் பொறுத்துக்

கொள்ள முடியாது. அறியாமையும், மூட நம்பிக்கையும் அதனை ஆதரிக்கலாம். ஆனால் சனாதன தர்மம் நிச்சய மாக அதனை ஆதரிக்காது.

இவ்வாறு, கடைசி வழிபாட்டு முறை வழிபாடே அல்ல. ஏனெனில் அது வழிபடுகிறவரை மேலும் மேலும் கடவுளிடமிருந்து பிரித்துச் சென்று இறுதியில் நரகத்தில் தள்ளி விடுகிறது. இத்தகைய வழிபாடு ஒவ்வொரு வராலும் கண்டிக்கத்தக்கது. இந்த வழிபாட்டு முறை உடனடியாகக் கைவிடப்பட வேண்டும். இதனை மனிதன் எவ்வளவு விரைவாகக் கைவிடுகிறானோ, அவ்வளவு நன்மை மனிதனுக்கு ஏற்படும்.

தாய்மையின் ஒரு அம்சம் குறித்து கவனிக்க வேண்டிய ஒரு மிகவும் முக்கியமான விஷயம் இருக்கிறது. சில வேளைகளில் அன்னை மகாலக்ஷ்மியாகவும், மகா சரஸ்வதியாகவும், மகா பார்வதி அல்லது துர்க்கையாக வணங்கப்படுகிறாள். அவளைத் துர்க்கையாக வழிபடும் போது, அகந்தை, கோபம், காமம், பேராசை, பொறாமை, ஏமாற்றம் என்ற வடிவில் உங்களுக்குள்ளே இருக்கிற தீமையைக் களைந்தெறியும் ஆற்றலை அவளிடம் வேண்டுகிறோம். இருள்மயமான, கீழ்த்தரமான, இந்தப் பண்புகள் மனிதனுக்குள் ஒரு மிருகத்தை உருவாக்கு கின்றன. இது மனிதனுக்குள் இருக்கும் தூய்மையற்ற வஸ்து. வழிபடுகிற ஒருவர், இந்தக் கீழ்த்தரமான அகந்தை, காமம், கோபம், பேராசை, பொய்மை, வெறுப்பு ஆகியவற்றை தியாகம் செய்ய வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. இதுவே உண்மையான தியாகம். இதுதான் பக்தரை உயர்த்தி கடவுளுக்கு அருகில் அழைத்துச் செல்லுகிறது.

கருணை, அமைதி, இரக்கம், மன்னிக்கும் தன்மை, உண்மை, எளிமை ஆகிய பண்புகளாகிய மலர்களைக் கொண்டு அன்னையை வழிபடுங்கள். மோக்ஷம் அடை வதற்கு உயரிய அருட்பேற்றினை வேண்டி அவளை

அணுகுங்கள் அவள் உன்னதப் பரம்பொருள் தவிர வேறு எதுவுமல்ல. அவள் உங்களுக்கு கைவல்ய மோக்ஷம் அளிக்கமுடியும். சனாதன தர்மத்தின் குழந்தைகளே! இந்த உயரிய வரம் வேண்டி அன்னையை நாடிச் செல்லுங்கள். அற்பமான காரியங்களுக்காக அவளை அணுகாதீர்கள். கடவுளை, படைப்பவர் – நம்மை நெறிப்படுத்துபவர் என்ற நிலையில் அணுகுவதை விட சக்தி வழிபாட்டில் ஈடுபடும்போது வெகு விரைவில் பலன் கிட்டுகிறது. அன்னை நம்மை மன்னித்துக் காப்பதற்காக இருக்கிறாள். ஆனால் இறைவன் நீதியை நிலைநாட்ட இருக்கிறார். இவ்வாறு பிரபஞ்ச அன்னையை வழிபடும் பக்தர்கள் தமது அணுகுதலைச் சிறந்ததாகப் போற்றுகின்றனர்.

9. இல்லத்தில் யோகம்

உலக நடவடிக்கைகளுக்கு மத்தியில் வாழ்ந்துகொண்டு உலகில் வாழ்வின் ஆன்மீகக் குறிக்கோளை, உன்னதமான குறிக்கோளை எப்படி நிறைவேற்றிக்கொள்ளுவது என்னும் முக்கியமான விஷயம் குறித்து நாம் இப்போது ஆராய்வோம். மதச்சார்பற்ற வாழ்க்கை, ஆன்மீக வாழ்க்கை இரண்டும் உங்களிடத்தில் இருக்கிறது. இவற்றின் எல்லைகள் மாறுபட்டவை என்பது உண்மை. மதசார்பற்ற வாழ்க்கையின் எல்லை உங்களுக்குப் புறத்தே இருக்கிறது. ஆன்மீக வாழ்வின் எல்லை உங்களுக்குள்ளேயே இருக்கிறது. ஆயினும் உங்கள் ஆன்மீக வாழ்வின் தன்மை புறத்தேயும் வெளிப்படுகிறது. நீங்கள் எங்கு இருந்தாலும் ஆன்மீக வாழ்வு உங்களிடத்தில் நிலைபெற்றிருக்க வேண்டும். நீங்கள் குடும்பத்தில் இருந்து, நாள் முழுவதும் உலகாயதப் பணிகளில் ஈடுபடுகிறீர்கள் என்றெல்லாம் அந்தப் பணிகளில் உங்கள் ஆன்மீக வாழ்வு இடம்பெற வேண்டும். உங்களிடத்திலும், உங்களின் சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலையிலும் வெளிப்படையாகத்தெரியும் மாற்றங்களை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுவதன் மூலம் இந்த அகவாழ்க்கையை உருவாக்கிக்கொள்ள முடியாது. வான்கூவர்

நகரில் வாழ்வதைவிட ரோம் நகரில் வாழ்வது சிறப்பானது என்ற முறையில் வாழ்ந்தால் நீங்கள் ஆன்மீக வாழ்க்கை வாழமுடியாது. ஒரு மலையின் அடிவாரத்தில் இருப்பதை விட மலை உச்சியில் இருப்பது மேலானது என்று நீங்கள் சென்றால், நீங்கள் சிறந்த ஆன்மீக வாழ்க்கையைப் பெற்றுவிட முடியாது. பூகோள அமைப்பு, மாறுதலைக் கொணரமுடியாது. புறத்தே ஏற்படும் மாறுதல்கள் மட்டும் உண்மையில் உங்கள் ஆன்மீக வாழ்வை பாதிக்க முடியாது. ஏனெனில் அது ஆன்மாவின் வாழ்வு. நீங்கள் எங்கு இருந்தாலும் ஆன்மா இறைவனையே நோக்கிக் கொண்டு இருக்கிறது.

நீங்கள் புனிதமான சூழ்நிலைகளில் இருந்தாலும், மிகவும் புனிதமான இடங்களில் இருந்தாலும், இறைவனின் ஆலயத்திலேயே இருந்தாலும் உங்கள் ஆன்மா இறைவனிடத்தில் இல்லாவிட்டால், இறைவனை நோக்கி உயர்த்தப்படாவிட்டால் நீங்கள் ஆன்மீக வாழ்க்கை வாழ்வதாகக் கூறமுடியாது.

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்ஸரின் வாழ்க்கையிலிருந்து ஒரு கதை

இந்த உண்மையை சாதகர்களுக்கு உணர்த்துவதற்காக மகான்கள் பல வழிகளில் முயற்சி செய்திருக்கிறார்கள். ஒரு சம்பவம் என் நினைவுக்கு வருகிறது. இது மிகவும் பிரபலமான கதை. மிகப் பழமையான ஒன்றல்ல. புகழ்மிகு சுவாமி விவேகானந்தரின் ஆன்மீக குருவாகிய ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணரின் வாழ்க்கையில் நிகழ்ந்த சம்பவம் இது.

ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணர், சிறு வயதில் அப்போது இந்தியாவின் தலைநகராக இருந்த கல்கத்தாவில் ஹிந்து ஆலயம் ஒன்றில் அர்ச்சகராகப் பணியாற்றி வந்தார். இந்தக் கோயிலை ஒரு அம்மையார் உருவாக்கினார். அந்த அம்மையார் ஒரு சிறு ராணியைப் போன்றவர். அந்தப்

பகுதியை ஆண்ட மன்னரின் மனைவி; பெருஞ் செல்வத்துக்கு அதிபதி. நிறைய பணச் செலவில் அந்த அம்மையார் ஒரு ஆலயத்தைக் கட்டினார். அதற்கு நிறைய நிலங்களை தர்மமாக எழுதி வைத்தார். அந்த அம்மையாரிடம் நிறையச் செல்வம் இருந்து வந்த போதிலும், அவர் மிகவும் பக்தி உடையவராக விளங்கினார். அந்த அம்மையார் தனது சொத்துக்களை பாதுகாத்து வந்த போதிலும், அவரது வாழ்க்கை ஆன்மீக வாழ்க்கையாகவே இருந்தது. சில வேளைகளில் அந்த அம்மையார் பூஜை நேரங்களில் ஆலயத்திற்கு வந்து கர்ப்பகிருகத்தில் அமருவது வழக்கம். அந்த ஆலயத்தில் பூஜை செய்து வந்த இராமகிருஷ்ண பரமஹம்ஸருக்கு அப்போது இருபத்து நான்கு அல்லது இருபத்தைந்து வயது இருக்கும். ஒரு நாள் அந்த அம்மையார் கங்கையில் குளித்துவிட்டு ஆலயத்திற்கு வந்தார். அப்போது பூஜை நேரம். அவர் கர்ப்பகிருகத்துக்குள் வந்து அமர்ந்தார். தியானத்தில் ஈடுபட்டார். வழிபாட்டில் தெய்வத்துக்கு பாடல்களால் அர்ச்சனை செய்யவேண்டிய நேரம் வந்தது. ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர் பாடல்களைப் பாடுவதற்குச் சற்று முன்னதாக அந்த அம்மையார் குறிப்பிட்ட ஒரு பாடலைப் பாடுமாறு ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணரிடம் கூறினார். ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணரும் சரி என்று சொல்லிவிட்டு அன்னை பராசக்தியின் புகழைப் பாடினார். பாடிக்கொண்டே இருந்த அவர் திடீரென்று பாடுவதை நிறுத்தினார். அந்த அம்மையார் இருந்தபக்கம் திரும்பினார். அவர் கன்னத்தில் பளார் என்று அறைந்தார். ''என்ன! இங்கேயுமா?'' என்று கேட்டார். அவ்வளவுதான். பிறகு அம்பாளைப்போற்றிப் பாடத் துவங்கினார். இந்த அம்மையாருடன் ஆலயத்துக்கு வந்த ஆயுதந்தாங்கிய காவலர்கள் அருகில் இருந்தனர். ஆலயத்தின் உயர் அதிகாரிகளும் அருகில் இருந்தனர். அவர்களனைவரும் திகைத்து நின்றனர். சிலர் நடுங்க ஆரம்பித்தனர். ஒருசிலர், ''இப்போது இந்த மனிதனின் ஆயுள் முடியப்போகிறது. உடனே மூட்டையைக் கட்டிக்கொண்டு ஆலயத்தைவிட்டு வெளியேறுமாறு

அந்த அம்மையார் உத்திரவு செய்யக்கூடும்'' என்று எண்ணினர். ஆனால் அவர்களனைவரும் ஆச்சரியப்படும் விதத்தில், ஒரு தந்தை தனது மகனைக் கடிந்து கொண்டாற்போல, அந்த அம்மையார் உடனே சாந்த மாக, அமைதியாக இருந்தார். பாடலை கவனித்துக் கேட்டார். பாடல் முடிந்ததும் பூஜை தொடங்கியது. பூஜை முடிந்ததும் எதுவும் நிகழாததுபோல அந்த அம்மையார் வெளியில் வந்தார். அதிகாரிகளும் காவலர் களும் ''என்ன நடக்கப்போகிறதோ?'' என்று எண்ணிய வாறு ஆச்சரியத்துடன் காத்துக்கொண்டிருந்தனர். காவல்துறை கண்காணிப்பாளர் அந்த அம்மையாரை நோக்கி, ''உத்திரவு ஏதேனும் உள்ளதா? நடந்ததை யெல்லாம் நான் பார்த்துக்கொண்டுதான் இருந்தேன். கர்ப்பகிருகத்துக்குள் என்னால் வரமுடியாது. ஆதலால் என்னால் எதுவும் செய்யமுடியவில்லை''. ராணி அமைதி யாகச் சொன்னார்: ''இல்லை. உத்திரவு எதுவும் இல்லை''. பிறகு, அந்த அம்மையார் சார்பாக அந்த ஆலயத்தை நிர்வகித்துவரும் அவரது மருமகன் இந்தச் சம்பவம்பற்றிக் கேள்விப்பட்டு அந்த அம்மையாரிடம் இதுபற்றி விசாரித்தார். அவருக்கு பதிலளித்த ராணி, ''அவர் (ராம கிருஷ்ணர்) செய்தது முற்றிலும் சரி. அந்த ஆலயத்தில் அன்னை குடிகொண்டிருப்பதால் அன்னையைப்பற்றிப் பாடு மாறு அவரிடம் சொன்னேன். அவர் பாடும்போது நாளை நகர உயர்நீதி மன்றத்தில் எஸ்டேட் சம்பந்தமாக வரும் வழக்குபற்றிச் சிந்தித்து நான் கவலைப்பட்டுக்கொண்டிருந் தேன். வேறு எதனையும் நான் சிந்திக்கவில்லை. அன்னையைப்பற்றியோ அல்லது அன்னையைப்பற்றி அவர் பாடிய பாடலைப்பற்றியோ நான் சிந்திக்கவில்லை. வழக்குத் தான் என் மனதில் இடம்பெற்றிருந்தது. ஆகவே, என்னை அந்த நிலையிலிருந்து பிரிக்கவேண்டியிருந்தது. அதனை அவர் செய்தார். அதனை அவர் செய்யவில்லை; அன்னை பராசக்திதான் அதனைச் செய்திருக்கிறாள். ஆக, அந்த அம்மையார் ஆலயத்தில் இருந்தபோதிலும், உண்மையில் அந்த அம்மையார் ஆலயத்தில் இல்லை; நீதிமன்றத்தில்

தான் இருந்தார். உங்கள் அக இயல்பு எவ்வாறு இருக்கிறதோ அதைப் பொறுத்துத்தான் நீங்கள் ஆன்மீக வாழ்க்கை வாழ்கிறீர்களா, உலகாயத வாழ்க்கை வாழ்கிறீர்களா என்று உறுதியாகச் சொல்லமுடியும். நீங்கள் இருக்கும் இடத்தை வைத்துக்கொண்டு உங்களது வாழ்க்கையின் தன்மையை விவரிக்கமுடியாது. உலகத்திலும், உலகத்தின் மூலமாகவும் யோக வாழ்க்கை வாழ்வதன் இரகசியத்தை உங்கள் அக இயல்புதான் உணர்த்துகிறது.

நீங்கள் உங்களது வாழ்க்கையை ஆன்மீக மயமானதாக ஆக்கிக்கொண்டால், ஒவ்வொன்றும் யோக மயமாக ஆகமுடியும். உங்கள் வாழ்வை ஆன்மீக மயமானதாக ஆக்கிக்கொள்ளுவதற்கான செயல்முறை, மிகவும் புனிதமான நூலாகிய பகவத் கீதையில் மிகச் சிறப்பாக விளக்கிக் கூறப்பட்டிருக்கிறது. யோகம் என்பது இறைவனுடன் இணைவது. நீங்கள் இறைவனிடத்தில் மகத்தான பக்தி செலுத்துவதன் மூலமும், பரம் பொருளிடத்தில் தூய அன்பினைச் செலுத்துவதன் மூலமும் அகத்தில் இறைவனுடன் இணைந்திருந்தால், நீங்கள் எது செய்தாலும், நீங்கள் எங்கு இருந்தாலும், எந்த வகையில் நீங்கள் வாழ்ந்தாலும் நீங்கள் யோக வாழ்க்கை வாழ்வதாக ஆகும். நீங்கள் இறைவனுடன் கலந்து வாழுகிறீர்கள். அக வாழ்வில் நீங்கள் இறைவனுடன் இரண்டறக் கலந்து வாழ்கிறீர்கள்.

இவ்வாறு இறைவனுடன் ஒன்றியிருந்து வாழ்வதும், அன்புடனும் பக்தியுடனும் இறைவனுடன் என்றைக்கும் இணைந்திருப்பதற்காக சிரத்தையுடன் முயன்று வாழ்வதும், இந்த வாழ்க்கை முழுவதும் இத்தகைய ஒரு இணைப்பினை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுவதற்காகத்தான் இருக்கிறது என்ற விழிப்புணர்வும்தான் தெய்வீக வாழ்க்கை ஆகும். இது யோகமயமான வாழ்க்கை. இறைவனை உணர்வுடன் அடைவற்கு எப்போதும் மனப்பூர்வமாக முயன்றால், ஒவ்வொரு நாளும் இறைவனை நெருங்கிச் செல்லுவதற்கு மனப்பூர்வமாக முயன்றால், நீங்கள்

யோகமயமான வாழ்க்கை வாழ்கிறீர்கள் என்று பொருள். உங்கள் புறவாழ்க்கை எந்தவகையில் அமைந்திருக்கிறது என்பதுபற்றிக் கவலையில்லை.

யோகவாழ்க்கைக்கு இந்த உணர்வுதான் மிகவும் முக்கியமானதாகும். இந்த உணர்வு மிகவும் முக்கியம். இந்த உணர்வுதான் ஒரு வாழ்க்கையை ஆன்மீக மயமானதாக ஆக்குகிறது. நமது அக வாழ்வில் இறைவனுடன் இரண்டறக்கலந்திருப்பதற்கு உதவக்கூடிய வகையில் எந்த அம்சங்களை நமது தினசரி குடும்ப வாழ்க்கையில் கடைப்பிடிக்கலாம் என்பதுகுறித்து இந்த அடிப்படையில் பரிசீலிக்க வேண்டும்.

தனிமனிதனின் வாழ்க்கையில் நான்கு முக்கிய அம்சங்கள்

ஒருவர், தனது வாழ்க்கையின் குறிக்கோள் என்ன என்பதை உணர்ந்திருக்க வேண்டும் என்பதை நாம் ஒப்புக்கொள்ளுகிறோம். நீங்கள் ஏன் வாழ்கிறீர்கள் என்பதுபற்றிய உணர்வு உங்களுக்கு எப்போதும் இருக்க வேண்டும். உங்கள் வாழ்வில் எந்தக் குறிக்கோளை நிறைவேற்றிக்கொள்ளப் போகிறீர்கள் என்பதுபற்றிய தெளிவு உங்களுக்கு எப்போதும் இருக்கவேண்டும். இது மிகவும் முக்கியமான விஷயம்.

வாழ்க்கையின் முழுப்பொருள், அதன் ஒவ்வொரு கணப்பொழுதையும் உன்னதப் பரம்பொருளை அடையும் நோக்கத்துக்காகப் பயன்படுத்துவது ஆகும். இதனை அறிந்துகொள்ளுங்கள்.

வாழ்வின் ஆன்மீகக் குறிக்கோளை ஏற்கனவே நீங்கள் அறிந்திருக்கிறீர்கள். கடவுளிடத்தில்தான் உண்மையான அமைதியையும், மகிழ்ச்சியையும் பெறமுடியும் என்று நீங்கள் அறிந்துகொண்டிருக்கிறீர்கள். நிலையிலா இந்த வாழ்வின் குறைகளை கடவுளின் துணையாலேயே களைய முடியும் என்றும், கடவுள் மூலமே கவலைகள் அனைத்தை

யும் கடக்கமுடியும் என்றும், கடவுளிடத்தில்தான் நிலை யான வாழ்க்கை, அமரத்துவம், சுதந்திரம், அச்சமின்மை ஆகியவற்றை அடையலாம் என்றும் நீங்கள் உணர்ந்திருக் கிறீர்கள். இந்த ஞானம் உங்களுக்கு இருப்பதால், இந்த உடம்புடனேயே இங்கேயே, இப்பொழுதே உன்னதப் பரம்பொருளை அடைவதற்காக ஆன்மீக வாழ்க்கை வாழ்வதற்கான மகத்தான ஆர்வமும் விருப்பமும் உங்களிடத்தில் ஏற்கனவேயே தோன்றியிருக்கின்றன. எப்போதும் வேலையுள்ள குடும்ப வாழ்க்கையில் ஈடுபட்டுள்ள உங்களைப் போன்றவர்களுக்கு துன்பங்கள் குறுக்கீடாக வருகின்றன. பக்தி, பிரார்த்தனை மற்றும் வழிபாட்டின் மூலம் உங்கள் உணர்வின் முக்கியமான பணியினைச்செய்ய நேரமே இல்லை என்று கருதும் அள வுக்கு உங்களது அன்றுட வாழ்வில் பல நடவடிக்கைகள் வந்து குவிகின்றன. இது மிகவும் பெரிய இடர்ப்பாடு தான். இது மிகப்பெரிய குறுக்கீடுதான். ஆனால் கவலைப் படுகிற அளவுக்கான பெரிய விஷயம் அல்ல. இது பிரதான மான விஷயமும் அல்ல.

முக்கியமான இடையூறு, உங்களது உலகாயத வாழ் விலும் உங்களது மதச்சார்பற்ற வாழ்விலும் நிறைவேற்றப் படவேண்டிய எண்ணிலாக் கடமைகளால் தோற்றுவிக்கப் படுகிறது. ஏன்? ஏனெனில், வாழ்க்கை அமைப்பு முழு வதும் பொருளாதாரத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டிருக் கிறது. ஒருவன் ஜீவனம் நடத்த வேலை செய்தாக வேண்டும். பரம்பரைச்சொத்து, தகப்பன்வழிச்சொத்து என்று இருந்தகாலம் மலையேறி விட்டது. இந்தக் காலத் தில் ஒவ்வொருவரும் வேலைசெய்து பணம் சம்பாதிக்க வேண்டியிருக்கிறது. மதச்சார்பற்ற வாழ்க்கையில் ஆதிக்கம் செலுத்தும் அம்சமாக இது இருக்கிறது. இரண்டாவது அம்சம் குடும்ப வாழ்க்கை. ஒருவர், ஒவ்வொரு நாளும் வேலைசெய்யும் இடத்துக்கு வீட்டி லிருந்துதான் செல்கிறுர். வேலை முடிந்ததும், ஒவ்வொரு நாளும் வீட்டிற்குத்தான் திரும்பிவருகிறுர். மூன்ருவது

அம்சம், ஒருவர் சமுதாயத்தின் பொறுப்பான உறுப்பினர் என்ற முறையில் சங்க வாழ்க்கை (club life), நண்பர்களைச் சந்தித்தல் என்பதுபோன்ற குறிப்பிட்ட சில சமுதாயக் கடமைகளை நிறைவேற்ற வேண்டியிருக்கிறது. கடைசியாக, ஒவ்வொருவருக்கும் சொந்தமான தனிப்பட்ட வாழ்க்கையும் இருக்கிறது.

அடிப்படையானது, தனிமனிதர்களின் தனிப்பட்ட வாழ்க்கை, உங்கள் வாழ்வின் தனிப்பட்ட அம்சமானது உங்களுக்கு மிகவும் முக்கியமானது. அடுத்தபடியாக குடும்ப வாழ்க்கை. இந்தக் குடும்ப வாழ்க்கையில் கணவன் – மனைவி, பெற்றோர் – குழந்தைகள், சகோதர சகோதரிகள் போன்றவர்களுக்கிடையில் பல்வேறு உறவு முறைகள் உள்ளன. அடுத்தபடியானது தொழில் வாழ்க்கை. இது தனிமனித வாழ்க்கை, குடும்ப வாழ்க்கை ஆகியவற்றைவிடக் குறைந்த அளவு முக்கியத்துவம் உடையது. தொழில் இன்றிப் பணம் சம்பாதிக்க முடியாது. அந்த அளவில் தொழில் வாழ்க்கை அவசியமானதுதான்; தவிர்க்கமுடியாததுதான். ஆயினும்கூட அது அவ்வளவு முக்கியமானதாகக் கருதப்படவில்லை. தொழில் வாழ்க்கை வாழத்தான்வேண்டும். ஆனால் அதற்கு தனிமனிதனின் உண்மையான வாழ்க்கையைப் பொறுத்தவரையில் விசேஷ முக்கியத்துவம் எதுவுமில்லை. தூக்கிலிட்டு மரண தண்டனையை நிறைவேற்றுபவர், ராணுவ வீரன் ஆகியோர் மக்களை அழிக்கின்றனர்; அதன்பின் தீவிரமான அறநெறி மற்றும் ஆன்மீக பிரச்னைகள் தோற்றுவிக்கப் படுகின்றன. இத்தகைய தொழில்களில் ஈடுபடுகிறவர்கள் இதற்கு விதிவிலக்கானவர்கள். ஆனால், பெரும்பாலான மக்களின் தொழில் வாழ்க்கை அவர்களின் ஆன்மீக, அறநெறிப்பட்ட வாழ்க்கையினை விசேஷமாக பாதிப்பதில்லை.

நாம் இப்போது முறைப்படுத்திய தனிமனித வாழ்வின் நான்கு அம்சங்களில் ஆன்மீக லட்சியத்துக்கு முதலிடம்

தரப்பட்டிருப்பதாக நாம் எப்படி உறுதிசெய்து கொள்ளுவது ?

திருமணத்தின் புனிதத் தன்மை

திருமணம் என்பது புனிதமான ஒன்று. இல்லறத்தார் இதனை ஒரு கணப்பொழுதுகூட மறக்கக் கூடாது. திருமண வாழ்வின் புனிதத் தன்மையை பூரணமாக, சிரத்தையுடன் உணர்ந்துகொள்ள வேண்டும். திருமணம் என்பது புனிதமான பந்தம். இரண்டு உடல்கள் ஒன்று சேருவது என்ற அளவில் அதனைக் கருதக் கூடாது. இது திருமண வாழ்வில் முக்கியத்துவமற்ற பகுதி. கணவனும் மனைவியும் தமது உடல் வாழ்க்கைக்கு மேலாக அன்பு என்பதே கிடையாது என எண்ணக்கூடாது. மேலான அன்பு ஒன்று இருக்கிறது. வாழ்க்கை என்னும் விரிவான அற்புதத்தில், தெய்வீக நிலையை நோக்காகக் கொண்டு ஆன்மீக வளர்ச்சியில் தனிப்பட்ட நிலைகளில் கணக்கற்ற பல மில்லியன் ஆன்மாக்கள் முன்னேறிக் கொண்டிருக்கும் பரந்த நீரோட்டம் என்னும் வாழ்க்கையில் (இந்த பிரபஞ்சத்தில் செயல்பட்டு வருகிற சில அற்புதச் சட்டங் களின் மூலம்) இரு ஆன்மாக்களை இறைவன் ஒன்று சேர்த்து வைப்பதுதான் திருமணம் என்பதாகும். கடவுளின் கருணையின் மூலமாகவும், தெய்வத்தின் விருப்பத்திற்கேற்பவும், இந்த பிரபஞ்ச வாழ்வை நெறிப் படுத்துகிற சில சட்டங்களின் செயற்பாட்டின் மூலமும் இரண்டு ஆன்மாக்கள் ஒன்று சேர்த்து வைக்கப் படுகின்றன. திருமணத்தின் பொருள் இதுதான். இந்த இரண்டு ஆன்மாக்களும் ஒன்று சேருவதன் மூலம் அவை தமக்குள்ளே ஆன்மீக உத்வேகத்தைப் பகிர்ந்துகொள்ளும் முக்கியமான செயல் நடைபெற வேண்டும் என்று கடவுள் விரும்புகிறார். கணவனும் மனைவியும் தாம் தேடிய பொருள், கற்ற கல்வி, ஆன்மீகச் செல்வம் அனைத்தையும் தமக்குள்ளே பகிர்ந்துகொள்ள வேண்டும். கணவன், மனைவியின் ஆன்மீக வாழ்க்கையை வளமாக்கவேண்டும். மனைவி, கணவனின் ஆன்மீக வாழ்க்கையை வளமாக்க

வேண்டும். தெய்வீக விழிப்புணர்வு என்னும் உயரிய நிலையினை இருவரும் ஒருங்கிணைந்து சென்று அடைய வேண்டும். இல்லற வாழ்வின் உண்மையான உட்பொருள் இதுதான். திருமணம், புனிதமானது. அதனைக் குறைத்து மதிப்பிடக் கூடாது. மட்டரகமான எண்ணத்துடன் அதனை எடைபோடக் கூடாது. திருமணம் என்பது, உடலுறவை அனுபவிப்பதற்கு மேலான ஒரு பணிக்காக ஏற்பட்ட உறவாகும். திருமணம் என்பது, இனப் பெருக்கம் என்னும் மிக முக்கியமான நோக்கத்திற்கும் (குறிப்பிட்ட அளவில் இதுவும் திருமணத்தின் நோக்கமாக இருந்த போதிலும்) மேலான ஒரு பணிக்காக ஏற்பட்ட உறவாகும். கணவன் – மனைவியின் சந்ததியினரும் ஆன்மீகச் செல்வங் களாகவே திகழவேண்டும். ஏனெனில், அவர்கள், தமது சொந்த உயர்வுக்குப் பாடுபடுவதற்காக இந்த நிலவுலகிற்கு வரும் மற்ற ஆன்மாக்கள் ஆகும். ஆகவே இல்லத்தை லட்சிய இல்லமாக வைத்திருப்பதும் தமது குழந்தை களாகப் பிறக்கும் மற்ற ஆன்மாக்களுக்கு துவக்கத்தில் முறையான உத்வேகத்தை அளிப்பதும் கணவன் மற்றும் மனைவியின் புனிதமான கடமையாகும். குழந்தைகள் வளர்ந்து இவ்வுலகில் நடைபோடுகிறவரை சிலகாலம் அவர்கள் அறங்காவல் என்ற தன்மையில் வைத்து வளர்க்கப்பட வேண்டும். குழந்தைகளின் வளர்ச்சியும் முன்னேற்றமும், அவர்களது ஆன்மீக இயல்பு, ஆன்மீக வளர்ச்சி அவர்கள் தம்முடன் கொண்டுவந்திருக்கும் வினைப்பயன் ஆகியவற்றிற்குத் தகுந்தாற்போல் ஏற்படும்; ஆயினும், குழந்தைகள் வளர்ந்து தாமே தமது ஆன்மீக வளர்ச்சியினைப் பெருக்கிக்கொள்ளும் நிலை ஏற்படுகிறவரை யில் குழந்தைகளின் ஆரம்பகால ஆன்மீக வளர்ச்சிக்கு பெற்றோர்கள் தமது சொந்த வாழ்க்கையிலிருந்து பெருமளவுக்கு உதவ முடியும். இளம் உள்ளங்களில் சிறு வயதிலிருந்தே ஆரோக்கியமான ஆன்மீகக் கருத்துக்களை இடம்பெறச் செய்தால், பிற்காலத்தில் அவை நன்கு செழிப்புற்று குழந்தைகளுக்கு அருட்பேறு கிடைக்க வகை செய்யும்.

குழந்தைகள், திருமணம் ஆகிறவரை, பிரம்மச்சரியத்தையும், புலனடக்கத்தையும் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். அந்த வகையில் அவர்கள் வளர்க்கப்பட வேண்டும். ஆதலால் கணவனும் மனைவியும் பிரம்மச்சரியம், புலனடக்கம் ஆகியவற்றைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். அதாவது அவர்கள் கண்டிப்பான மிதமான குடும்ப வாழ்க்கை வாழ வேண்டும். மண வாழ்க்கை தன்னடக்கம் நிறைந்ததாக இருக்கவேண்டும்; விருப்பம்போல் புலன்வழி இன்பங்களை அனுபவிப்பதாக இருக்கக் கூடாது. மனைவி, கணவனை ஒரே துணையாகக் கருத வேண்டும். அதேபோல் கணவனும் ஏகபத்னி விரதத்தைக் கடைப்பிடிப்பவனாக இருக்கவேண்டும். மனைவி, மற்றொரு ஆடவனை நாடிச் செல்லக்கூடாது; மற்றொரு ஆடவனை மனதால் எண்ணிப் பார்க்கவும் கூடாது; ஆனால், தனது கணவனிடம் பக்தி செலுத்துபவளாக இருக்கவேண்டும். பிறிதொரு ஆடவனைப் பற்றிய எண்ணம் அவள் மனதில் ஒருபோதும் எழக்கூடாது. மனித குலத்தில் உள்ள மற்ற அனைவரையும் அவள் தனது குழந்தைகளாகக் கருத வேண்டும் — அவள் மகத்தான தன்மை கொண்ட தாய். கணவன் ஸ்ரீ இராமனைப்போல ஏகபத்னி விரதனாக இருக்கச் சபதம் மேற்கொள்ள வேண்டும். அதாவது, பிறிதொரு பெண்ணைப் பற்றிய எண்ணம் அவன் மனதில் ஒருபோதும் எழாது. அவனுக்கு, அவனது மனைவி மட்டுமே பெண். அவர்களது திருமணத்தை அவன் புனிதமாகக் கருதுகிறான். இவ்வாறாக, குடும்ப வாழ்க்கை முழுவதும் புனிதமானதாக ஆகிறது. அகவாழ்க்கை குறைவின்றி நடைபெறுகிறது. ஆன்மீக வாழ்க்கைக்கு ஊறு செய்யும் எதுவும் புறத்தே இல்லை. ஆன்மீக வாழ்க்கைக்கு இடையூறாக நிற்கக்கூடிய எதுவும் புறவாழ்க்கையில் — குடும்ப வாழ்க்கையிலும், தனிப்பட்ட வாழ்க்கையிலும் — இல்லை.

இவ்வாறு கணவனும் மனைவியும் கருத்து ஒருமித்து வாழுகின்றனர். புறவாழ்க்கை, அகத்தின் பிரார்த்தனை

நிரம்பிய வாழ்க்கை ஆகிய இரு பிரிவுகள் அடங்கிய அவர்தம் வாழ்க்கை, இறை அனுபவம் ஆகிய உன்னத கடவுள் உணர்வு என்னும் அருள்மயமான இறுதி நிலையை அடைகின்றது. அவர்கள் எங்கு இருந்தாலும், குடும்ப வாழ்க்கை மூலமாகவும் அருட்பேறு அவர்களுக்கு கிடைக்கிறது.

இல்லம் — புனிதமான இடம்

இல்லம், புனிதமான இடம் என்பதை அறிந்து கொள்ள வேண்டும். அனைத்துக் குழப்பங்களுக்கும், அமைதியற்ற செயல்களுக்கும் அன்றாட வேலைகளுக்கும் மாற்றாக, சமன் செய்யும் சாதனமாக குடும்பம் அமைந்திருக்கிறது. நீங்கள் வீட்டிலிருந்து புறப்பட்டு வேலைக்குச் செல்லும் போது, உங்கள் மனம், தோற்றம் அனைத்தும் வெளிக்கொணரப்படுகின்றன. நீங்கள் செயல்துடிப்புடன் இருக்கவேண்டும். நீங்கள் இந்த உலகியற் பொருள்களில் கவனத்தைச் செலுத்தவேண்டும். ஆகவே, உங்கள் நினைவாற்றலை இழக்கிறீர்கள். நீங்கள் வேலையில் ஈடுபடும்போது உங்களது கேந்திரத்திலிருந்து வெகு தொலைவுக்கு பிரிக்கப்பட்டிருக்கிறீர்கள். அக வாழ்வின் ஆண்டவனை நெருங்கி இருந்த அனுபவமானது முற்றிலும் இழக்கப்படுகிறது. அன்றாட வேலையினை முடித்து விட்டு வீடு திரும்பும்போது, இல்லத்தின் வாழ்க்கை, தொழிலில் ஏற்பட்ட அனுபவத்துக்கு மாறானதாக அதைச் சமன் செய்வதாக அமைகிறது. இல்லத்தில் நீங்கள் ஆன்மாவைக் கேந்திரமாகக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்களுக்கு மீண்டும் சுயநினைவு திரும்புகிறது; நீங்கள் கடவுளிடத்தில் இருக்கிறீர்கள். ஆகவே, உங்கள் இல்லம் முழுவதும் இறைவன் நிறைந்திருக்கும் சூழ்நிலை ஏற்பட்டிருக்க வேண்டும். உங்கள் இல்லத்தின் ஒவ்வொரு மூலைமுடுக்கிலும் இறைவன் இருப்பதை நீங்கள் உணர வேண்டும். நீங்கள் வீட்டுக்குள் நுழைந்ததும், காலையில் மதசார்பற்ற, தொழில் சம்பந்தமான நடவடிக்கைகள் காரணமாக வலுக்கட்டாயமாக வெளிக்கொணரப்பட்ட

மனம் மீண்டும் தனது சொந்த இடத்தில் அமரவேண்டும். மனம், இறைவனிடத்தில் ஓய்வும், அமைதியும் பெறு கிறது. இல்லத்தில் நடுநாயகமாக இறைவன் அமைந் திருக்க வேண்டும். "இது என் வீடு, இது எனது இல்லம்" என்று நீங்கள் எண்ணக்கூடாது. மாறாக, "இது இறை வனின் இருப்பிடம். இங்கு இருக்கும் பேறு எனக்குக் கிடைத்தது. நான் வீடுபேறு அடைவதற்கான பணிகளை இங்கு இருந்து செய்யும் நல்லதொரு வாய்ப்பு எனக்குக் கிடைத்தது" என்று எண்ணவேண்டும். கணவன் – மனைவி இருவரின் எண்ணமும் இதுவாகவே இருக்கவேண்டும். இந்தவகையில்தான் குழந்தைகளை வளர்த்து ஆளாக்க வேண்டும்.

வீட்டுச் சூழ்நிலை அநாகரீகமானதாக ஆக்கப்படக் கூடாது வீட்டை ஒரு கண்காட்சி சாலையாக ஆக்கக் கூடாது. உங்கள் செல்வச் செழிப்பையும், உங்களுக்கு மிகவும் பிடித்தமானவற்றையும், உங்கள் உடமைகளையும் பிறருக்குக் காட்டிப் பெருமைப் பட்டுக்கொள்ளும் இடமாக வீட்டை ஆக்கக்கூடாது. மது விருந்து நடத்துதல், அரை குறையாகக் குடித்தல், வெறியூட்டும் இசை, இரைச் சல், குழப்பம், சீட்டாட்டம் என்பது போன்ற புலன்வழி இன்பம் நாடும் பொழுது போக்குகளுக்கான இடமாக இல்லம் ஆகக்கூடாது. வீட்டுச் சூழ்நிலையின் பரிசுத்த மான தன்மை, வீட்டுச் சூழ்நிலையின் புனிதமான, தூய் மையான தன்மை ஆகியவை மிகவும் முக்கியமானவை யாகும். வீட்டை எப்போதும் பரிசுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும். இது மிகவும் அவசியம். வீட்டின் ஆன்மீகச் சூழ்நிலையையும் அழித்துவிட்டால், உங்களது ஆன்மீகக் கேந்திரத்தை எங்கு காண்பீர்கள்? புறத்தே எதுவும் கண்ணில் படுவதில்லை. வீட்டிற்கு வந்தால் நிலைமை அதைவிட மோசமாக இருக்கிறது. இந்த நிலையில் நீங்கள் எப்படி ஆன்மீக வாழ்க்கையை உருவாக்கிக் கொள்ள முடியும்? இந்த வகையில் உங்களது ஆன்மீக வாழ்வு உங்களது கைகளாலேயே அழிக்கப்படுகிறது. இது முறையல்ல.

எனினும், வீட்டுச் சூழ்நிலையை ஆன்மீக மயமானதாக ஆக்கும் பணி, உங்கள் பக்கத்து வீட்டுக்காரரை விட நீங்கள் உயர்ந்தவர் என்பதாகக் காட்டிக்கொள்ளும் நோக்கில் செய்யப்படும் விசித்திரமானதாக அர்த்தமற்றதாக பைத்தியக்காரத்தனமானதாக இருக்கக் கூடாது. ஆனால் இந்தப் பணி உயரிய பண்புடன் எளிய முறையில், உங்களுக்கு விழிப்புணர்வைத் தந்த இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்தும் பண்பு, பணிவு என்னும் ஆன்மீக இயல்புடன் செய்யப்பட வேண்டும். இல்லத்தில் எதுவும் மதச் சார்பற்றது அல்ல. இல்லத்தில் ஒவ்வொன்றும் ஆன்மீக மயமானதாக இருக்கவேண்டும். இல்லத்தில் ஒவ்வொன்றும் யோக மயமானதாக இருக்கவேண்டும். வீட்டுக்கு வெளியே போதிய அளவுக்கு உலகாயதவாதமும், மறதியும், இறைவனுக்குச் செவி சாய்க்காத தன்மையும் இருக்கிறது. ஆகவே, வீட்டிலும் அதேபோன்ற சூழ்நிலையை ஏற்படுத்தி அதனையும் ஏன் புறச் சூழ்நிலையுடன் சேர்ந்ததாக ஆக்கிச் சீர்குலைக்க வேண்டும்? இல்லத்தில் இறைவன் எழுந்தருளுமாறு செய்யுங்கள். வீட்டுச் சூழ்நிலையின் ஒவ்வொரு அணுவும் புனிதம் நிறைந்ததாக ஆகட்டும். இல்லத்தில் இந்தச் சூழ்நிலை நீடித்திருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளும் வகையில் உங்களால் இயன்றதைச் செய்யுங்கள். இல்லத்தை புனிதம் மிக்க இடமாக ஆக்குங்கள். நீங்கள் இறைவனுக்கு அருகில் இருக்கும் இடமாக இல்லத்தை எப்போதும் கருதுங்கள்.

குழந்தைகளின் முன்னேற்றத்திற்கு ஆன்மீகக் குறிப்புகள்

அடுத்தது, குழந்தைகளைப் பயிற்றுவிப்பது. இது பெற்றோர்களுக்கு மகத்தான, முக்கியமான பொறுப்பு ஆகும். நீங்கள் இந்த ஆன்மாக்களின் அறங்காவலர்கள். அவர்களுடன் உங்களுக்கு நிரந்தரத் தொடர்பு கிடையாது. இந்தக் குழந்தைகளை கடவுள் உங்களுக்குத் தந்திருக்கிறார். இந்தக் குழந்தைகள் சிறிதுகாலமே உங்கள் கைகளில் தவழ்ந்து, கடந்துசெல்லப் போகிறார்

கள். ஆகவே இந்தக் குறுகியகாலத்தில் உங்களிடம் வந்திருக்கும் அந்தக் குழந்தைகளை எடுத்து வளர்த்து அவர்கள் வாழ்வு மேலும் ஒளிபெற்றுத் திகழுமாறு செய்யுங்கள். ஆகவே குழந்தைகளுக்கு முறையான பயிற்சி தருவது தலையாய கடமைகளில் ஒன்ருகும். இறைவனின் குழந்தைகளுக்குப் பெற்ருேராக இருக்கிருேம் என்ற பெருமையுடன் இந்தப்பணி செய்யப்படுமானுல், பிறகு நீங்கள் செய்யும் அனைத்துப் பணிகளும் கர்மயோகத்தின் ஒரு அங்கமாக ஆகிவிடுகிறது. உங்கள் ஆன்மீக முன்னேற்றத்துக்கான பணியாக இது ஆகிறது. அதாவது, நீங்கள் உங்களது லட்சிய மயமான வாழ்க்கையின் மூலம் குழந்தைகளுக்கு ஆன்மீக உத்வேகத்தையும், ஆன்மீக வாழ்க்கையையும் தந்து தெய்வீக வாழ்க்கை வாழ்கிறீர்கள். எவ்வாறு எனில், கர்மயோகத்தின் மகத்தான உபதேசத்தை நீங்கள் செயலில் கடைப்பிடிக்கிறீர்கள். அதாவது பற்றற்ற நிலையில் தன்னலமற்ற பணியினைச் செய்கிறீர்கள். பிறருக்கு ஏதேனும் நன்மைசெய்ய வேண்டும் என்ற நோக்கில் இதயத்தில் அன்பை மட்டுமே வைத்துக்கொண்டு பணிசெய்கிறீர்கள். குழந்தைகள் நிலையான நல்வாழ்வினை, உண்மையான அருட்பேற்றினைப் பெறுகிற அளவுக்கு அவர்களுக்குப் பயிற்சி அளித்து, உருவாக்கினுல், இந்த உலகில் ஒரு மனிதன் இன்னெருமனிதனுக்குச் செய்யக்கூடிய உயரிய பணியினைச் செய்தவர்களாக ஆவீர்கள்.

குழந்தைகள் பிறரைப் பின்பற்றுபவர்கள். உங்கள் தனிப்பட்ட உதாரணத்தின்மூலம் அவர்களுக்கு உற்சாகந் தருவது, அவர்களுக்குத் தருவதிலெல்லாந் தலையாயதாகும். இது உங்களின் மகத்தான கடமை. வீட்டில் உள்ள பெற்ருேர்கள் உதாரணமானவர்களாக இருக்கவேண்டும். அவர்களது பேச்சு, எல்லாச் சூழ்நிலைகளிலும் அவர்களது செயல்கள், அவர்கள் – ஒருவருக்கொருவர் பழகும்முறை, அவர்கள் நடத்தை, பக்கத்து வீட்டுக்காரர்களிடம் அவர்கள் பழகுந் தன்மை, அவர்களின் பொதுவான

பழக்கம் — இவை உதாரணமானவையாகவும் நற்பண்பு மற்றும் பூரணமான அறநெறியின் அடிப்படையில் அமைந்தவையாகவும் இருந்தால், பிறகு அவர்கள் குழந்தைகளுக்கு வேறு எதுவும் அளிக்கத் தேவையில்லை. பெற்றோர்களின் ஒளிமயமான, உதாரணமான வாழ்க்கையின் மூலம் குழந்தைகள் தமது கல்வியை பூரணமாகக் கற்றுக் கொள்ளுகின்றனர். உயரிய சூழ்நிலையையும் பின்பற்றத்தக்க உதாரணத்தையும் குழந்தைகளுக்குத் தருவதுதான் இல்லத்தின் மகத்தான யோகமாகும். உங்கள் கவனிப்பில் உள்ள ஆன்மாக்களின் மேற்போக்கான அம்சங்களை மட்டும் தொடுகிற அனைத்துப் பொருள்களைப் போல — நல்ல ஆடைகள், நல்ல கல்வி போன்று குழந்தைகளுக்குத் தரக்கூடிய எதனைக் காட்டிலும் இது மிகவும் சிறந்த மதிப்பு வாய்ந்ததாகும்.

'மிகவும் சீக்கிரமாக ஆரம்பித்தல்' என்பதாக எதுவும் குழந்தைகளுக்கு இல்லை. குழந்தை ஒரு வயது நிரம்பியதாக இருக்கும்போது கூட ஆரம்பிக்கலாம். குழந்தைகளை ஒரு கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருப்பது குறித்து இக்கால மனைவிமார்கள் பெருமைப்பட்டுக் கொள்ளுகின்றனர். குழந்தை மூன்று மாதம் நிரம்பியதாக இருக்கும்போதே அதன் தாயார், ''ஓ! எப்போது உணவை எதிர்பார்க்க வேண்டும் என்று அவளுக்குத் தெரியும், அதற்கு முன்னே அவள் முனகமாட்டாள். எப்போது அழவேண்டும், எப்போது அழக்கூடாது என்பதெல்லாம் அவளுக்குத் தெரியும். எப்போது உணவு உட்கொள்ளவேண்டும், எப்போது உணவு உட்கொள்ளக் கூடாது என்பது அவளுக்குத் தெரியும். குறித்த நேரத்துக்கு முன்பாக யாராவது ஒரு ஆயா அவளுக்கு உணவு கொடுத்துவிட்டால், அதனை உட்கொள்ள அவள் மறுத்துவிடுவாள். அவளுக்கு அந்த அளவுக்குப் பயிற்சி அளித்திருக்கிறோம், பாருங்களேன்'' என்று ஆச்சரியம் கலந்த மகிழ்ச்சியுடன் கூறுகிறாள். குழந்தைகளின் உணவுப் பழக்க வழக்கத்தில் அவர்களுக்குப் பயிற்சி அளித்து அது

குறித்துப் பெருமைப்பட்டுக்கொள்ளுகிற நீங்கள் அவர்களுக்கு ஆன்மீகத் துறையிலும் ஆரம்பத்திலிருந்தே பயிற்சி அளித்தால், என்ன? அவர்கள் பிறப்பதற்கு முன்னதாகவே நீங்கள் அவர்களுக்குப் பயிற்சி அளிக்கலாம். அவர்கள் உங்கள் வயிற்றில் இருக்கும் போதே அந்தக் குழந்தைகளுக்கு புனிதமான எண்ணங்களையும், உற்சாகந்தரும் ஆன்மீக அசைவுகளையும், கடவுளைப் பற்றிய ஆன்மீகக் கருத்துக்களையும், பிரார்த்தனை, அன்பு போன்ற ஆன்மீகக் கருத்துக்களையும் தரலாம் அப்போது பிறக்காத குழந்தை கூட இந்த இயல்பின் ஒரு பகுதியை கிரகித்துக்கொள்ளுகிறது. இந்தவகையில் ஆரம்பத்திலிருந்தே குழந்தைகளை பயனுள்ள முறையில் உங்கள் செல்வாக்கிற்கு உட்பட்டவர்களாக ஆக்கிக் கொள்ளலாம்.

சிறு குழந்தை, பிரார்த்தனையின்போது தனது குடும்பத்தைக் கவனிக்கட்டும். பிரார்த்தனையின்போது குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள் அனைவரும் அதில் கலந்து கொள்ள வேண்டும். வீட்டில் விருந்தினர் தங்கியிருந்தால் அவரும் பிரார்த்தனையில் கலந்துகொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு வழிபடவும், பக்தி செலுத்தவும் காலையிலும் மாலையிலும் தனியாக ஒரு நேரத்தை ஒதுக்கவேண்டும். இவ்வாறு ஒருமணி நேரம் வழிபாடு செய்யாமல், ஒரு நாளின் பணிகள் துவங்கப்படக் கூடாது. இந்த நேரத்தைக் கண்டுபிடித்துக்கொள்ளுவது உங்கள் கைகளில் இருக்கிறது. அதற்காக நீங்கள் விரைந்து படுக்கைக்குச் செல்லவேண்டும்; தொலைக்காட்சிப் பெட்டிக்கு (T. V.) அருகில் உட்கார்ந்துகொள்ளக் கூடாது. பெற்றோர்களின் கவனக் குறைவினாலேயே குழந்தைகளின் ஆன்மீக வாழ்வின் பெரும்பகுதி பாழ்படுத்தப்படுகிறது. நான் கூற விரும்பும் பல விஷயங்களில் இதுவும் ஒன்று. குழந்தைகள் தம்மைத் தொல்லைபடுத்தாதவரையில் பெற்றோர்கள் குழந்தைகளைப்பற்றிக் கவலைப்படுவதில்லை. குழந்தைகள் தம்மைத் தொல்லைப்படுத்தக்கூடாது என்று அவர்கள்

விரும்புகிறார்கள். அவர்கள் வேண்டுவதெல்லாம் அவ்வளவுதான். குழந்தைகள் தம்மைத் தொல்லைப் படுத்தக்கூடாது என்று அவர்கள் கருதினால், குழந்தைகளை கவனிப்பதில் அவர்கள் அக்கறை செலுத்தவில்லையென்றால், தமது குழந்தைகளுக்குப் பயிற்சி அளிக்கும் பொறுப்பை அவர்கள் ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை என்றால் ஏன் அவர்கள் குழந்தைகளைப் பெறவேண்டும்? அவர்கள் ஒரு குழந்தையையும் பெற்றிருக்கக் கூடாது. அவர்கள் தம்மைக் கட்டுப்படுத்திக் கொண்டிருக்கவேண்டும். மக்கள் திருமணம் செய்துகொண்டு பிரம்மச்சரியத்தைக் கடைப் பிடித்து வாழட்டும். அவர்கள் குழந்தையைப் பெற வேண்டாம். குழந்தையைப் பெறுவது; ஆனால் அதன் வளர்ச்சிக்கு – குறிப்பாக அறநெறி வழியிலும் ஆன்மீகத் துறையிலும் அதன் முன்னேற்றத்துக்கு எந்தவிதமான முயற்சியும் மேற்கொள்ளுவதில்லை என்பதைவிடப் பெரிய தான பாவம் எதுவும் இல்லை. ஏனெனில் அத்தகைய பெற்றோர்கள் நம்பிக்கைத் துரோகம் செய்துவிட்டனர். அவர்கள் தமது சொந்த விருப்பத்தின்பேரில் ஒரு பொருளைத் தோற்றுவித்துவிட்டு அதற்கு துரோகம் செய்து விட்டனர். இவ்வாறு செய்யக்கூடாது. தெய்வீகத் தண்டனை தவறாது கிடைக்கும் என்று வினைப்பயன் சம்பந்தமான விதிமுறை கூறுகிறது.

இன்றைய இல்லங்களில் நீங்கள் காண்பது என்ன? பெரும்பாலான குழந்தைகள் தாமே தமது குண இயல்புகளை வளர்த்துக் கொள்ளுகின்றனர். தாய், தந்தையரின் உதாரணங்களை அவர்கள் பின்பற்றுவதில்லை. ஆனால் தொலைக் காட்சியில் (T. V) தாம் காணும் காட்சியினைப் பின்பற்றுகின்றனர். இது அவர்களது ஆன்மாவில் இழையாக ஓடுகிறது. அவர்கள் தொடர்ந்து திரைப்படம் காணச் செல்லும் பழக்கத்துக்கு அடிமையாக ஆகிறார்கள். தமது தனித் தன்மையை முழுமையாக இழந்துவிடுகின்றனர். பிறகு தொலை காட்சிக்குச் செல்லுவது தவிர வேறு எதற்கும் அவர்களுக்கு நேரம் இருப்பதில்லை.

இல்லறத்தில் இருப்பவருக்கு அன்றாட ஆன்மீக நடைமுறை

இல்லறத்தில் இருக்கும் ஒவ்வொருவரும் குறிக்கோள் நிறைந்த அன்றாட நடைமுறையினை வகுத்துக்கொள்ள வேண்டும். குடும்ப வாழ்க்கையை அதன் போக்கில் விட்டுவிடக்கூடாது. அதை கவனிக்க வேண்டும். வீட்டுக்கு விருந்தினர் வருதல், ஒரு தொலைபேசி அழைப்பு, எவருடனாவது வெளியே செல்ல அழைப்பு என்பது போன்று எதிர்பாராத விதமாக ஒவ்வொரு நாளும் வருகின்ற வேலைகளுடன், ஒவ்வொருவரும் ஒப்புக் கொள்ளப்பட்ட அடிப்படையான நிகழ் முறையை, உங்கள் தினசரிவாழ்க்கைக்குரிய ஒரு அடிப்படையான செயல் திட்டத்தைப் பெற்றிருக்க வேண்டும். காலையில் ஒருமணி நேர பிரார்த்தனையும் மாலையில் ஒருமணி நேரப் பிரார்த்தனையும் இதில் அடங்கியிருக்க வேண்டும். பிரார்த்தனை நேரத்தில் சமய சம்பந்தமான நூல்களைப் படித்தல், புனிதமான, உற்சாகமூட்டும் ஆன்மீக நூல்களை வாசித்தல், சில நிமிடங்கள் மௌனம், அதன் பிறகு ஆழ்ந்த தியானம், சில நிமிடங்கள் கூட்டாகச் சேர்ந்து செய்யும், உற்சாகந்தரும் பிரார்த்தனை ஆகியவை இடம் பெறலாம். பிரார்த்தனை இயல்பானதாக இருக்கலாம். அது ஒரு புத்தகத்தில் இருப்பதாகத்தான் இருக்கவேண்டும் என்ற அவசியமில்லை. அல்லது இரண்டும் கலந்ததாகவும் இருக்கலாம். கடவுள் வாக்கிலும் மற்றும் சில புத்தகங்களிலும் மிகவும் உற்சாகந்தரக்கூடிய சிறிய அளவிலான பிரார்த்தனைகள் இருக்கின்றன.

புற வழிபாட்டில் சில செயல்கள் இருக்கவேண்டும். நாம், உடலுடன் உருவானவர்கள். இந்த வழிபாட்டில் உடலையும் ஈடுபடுத்த விரும்புகிறோம். நீங்கள் வழிபடும் போது இந்த உடலும் வழிபடும் போக்கு உடையதாக இருக்கவேண்டும். நீங்கள் ஒரு மெழுகுவர்த்தியை ஏற்ற வேண்டும். சிறு கற்பூரத்தைக் கொளுத்தவேண்டும். தெய்வத்தின் முன் பணிந்து வணங்கவேண்டும். மனப்பூர்வமாகப் பிரார்த்தனை செய்யவேண்டும். உங்களுக்கு ஞானத்

தைத் தருமாறும், உங்கள் இதயத்தில் நற்பண்புகள் நிறைந்திருக்கச் செய்யுமாறும், உங்கள் இதயத்தில் தெய்வீக அன்பு நிறைந்திருக்கச் செய்யுமாறும், உங்கள் இதயத்தில் நல்லெண்ணமும், தன்னலமற்ற தன்மையும் நிறைந்திருக்கச் செய்யுமாறும் இறைவனிடம் பிரார்த்தனை செய்யுங்கள். அதன்பிறகு மண்டியிட்டு நெற்றி தரையில்பட வணங்குங்கள். இறைவன் முன்பாக இந்தவகையில் நீங்கள் உங்களைப் பணிவுடையவராக ஆக்கிக்கொள்ள வேண்டும். உடல் மண்டியிட்டு, வீழ்ந்து, பணிந்து வணங்குகிறபோது இந்தச் சிறிய செயல்களின் செல்வாக்கு, மனதைத் தூய்மைப்படுத்தும் சாதனமாக வேலை செய்கிறது. உடல், மனத்தின்மீதும், மனம், உள்ளுறையும் ஆன்மாவிடத்தும் ஏற்படுத்துகிற இந்த விளைவுகளுக்கு நாம் முற்றிலும் செவிசாய்க்காமல் இருக்கமுடியாது. ஆகவே ஒவ்வொரு நாளும், உங்கள் ஜீவனின் பல்வேறு அம்சங்களும் செயல்படுவதற்குரிய வாய்ப்புள்ள ஒருமணி நேரத்தை நன்கு பயன்படுத்திக்கொள்ளுங்கள். பிரார்த்தனையில் உங்கள் உடல், இதயம், உணர்வுகள் ஆகியவை செயல்படவும், படிப்பு, சிந்தனை, விசாரணை ஆகியவற்றில் மனமும், புத்தியும் செயல்படவும், ஆழ்ந்த யோசனை, மௌனம், அகநோக்கு, தியானம் ஆகியவற்றில் ஆன்மா செயல்படவும் இந்த ஒருமணி நேரத்தைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

குடும்பத்தில் ஒவ்வொருவருக்கும் தனி இடம் வேண்டும். தாயார் தனக்கென்று ஒரு மூலையை ஒதுக்கி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும் அங்கு அவள் மட்டும் அமர்ந்து இறைவனைப் பிரார்த்திக்க வேண்டும்; இறைவனுடன் சிறிது பேசவேண்டும்; சிறிதளவு தனக்கு வழி காட்டுமாறு கேட்கவேண்டும்; சிறிதுநேரம் இறைவனிடம் மனம்விட்டுப் பேசவேண்டும். இதேபோல் கணவனும் தனக்கென ஒரு தனி இடத்தை வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு தனி இடம் கிடைக்காவிட்டால் தான் கர்த்தாவுடன் தனியாகப் பேசுவதற்காகத் தனியாக

நேரத்தை ஒதுக்கிக்கொள்ள வேண்டும். குழந்தைகள் இவ்வாறு தனி இடத்தைப் பெற்றுக்கொள்ள ஆரம்பத்திலிருந்தே பயிற்சி அளிக்கவேண்டும். குழந்தைகளுக்கு தமது பொம்மைகளுக்காக ஒரு இடமும், புத்தகங்களுக்காக ஒரு இடமும், தமது விருப்பமான பொருள்களை வைத்துக்கொள்ள ஒரு இடமும் இருப்பதுபோல, பரம்பொருளுடன் தாம் கலந்துபேச ஒரு தனி இடம் வேண்டும். குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே இந்தப் பழக்கம் இருந்து வருமானால், பிற்காலத்தில் அவர்கள் தனிப்பட்ட முறையில் சுதந்திரமான ஆன்மீக வாழ்க்கையை நடத்துவர்.

கடவுளை நினைவுபடுத்தும் சக்திமிக்க ஆன்மீகம்

கடவுளை நினைவுபடுத்தும் புறச் சின்னங்களை — எத்தனை வேண்டுமானாலும் — உங்கள் வீடு முழுவதும் வைத்திருங்கள். "எல்லா உயிர்களும் புனிதமானவை" "கடவுள் இங்கே இருக்கிறார்; இப்போதும் இருக்கிறார்" "நல்லவனாக இரு; நல்லதையே செய்" "அன்பாக இரு; தூய்மையாக இரு" "உண்மையே பேசு" "பிறர் உள்ளத்தை ஒருபோதும் புண்படுத்தாதே" "அனைவர் முகத்திலும் ஆண்டவனைப் பார்" "உண்மையே கடவுள்" "அன்பே கடவுள்" என்பன போன்ற வாசகங்களாக அவை இருக்கலாம். படங்களையும் கூட வைக்கலாம். ஒவ்வொரு நாளும் இல்லறவாசி, வீட்டிலிருந்து வேலைக்குப் புறப்படும்போது, ஐந்து நிமிடங்கள் பிரார்த்தனை செய்யவேண்டும். அப்போது "இப்போது, மகாபிரபு, உனது அருள்பெற்ற உனது இந்த இடத்திலிருந்து, எனது நாட்களைக் கழிப்பதற்காக எனக்குப் பெரும் பேறாகக் கிடைத்த இந்த இடத்திலிருந்து நான் வெளியே செல்லுகிறேன்; எனது உடலின் மணிகளால், செயல்களால் உன்னை வழிபடச் செல்லுகிறேன். நான் இன்று உடலாலும் மனதாலும் செய்கின்ற அனைத்தையும் எனது வழிபாடாகக் கருதி ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டுகிறேன். இதனை எனது கர்மயோகமாக, சக்திமிக்க பிரார்த்தனையாக ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டுகிறேன்"

என்று கூறவேண்டும். இந்தச் சிறு பிரார்த்தனையைச் செய்துவிட்டு இல்லறவாசி வீட்டிலிருந்து புறப்பட வேண்டும்.

அவர் அலுவலகத்தை அடையும்போது அவ்வாறு, பக்திபூர்வமான போக்குடன், செய்யவேண்டும். நீங்கள் ஒரு சுருக்கெழுத்தாளராக இருந்தாலும் ஒரு தட்டெழுத்தாளராக இருந்தாலும், ஒரு விற்பனையாளராக இருந்தாலும், ஒரு மருத்துக் கடை உதவியாளராக இருந்தாலும், ஒரு மருத்துவராக இருந்தாலும், ஒரு வழக்கறிஞராக இருந்தாலும், ஒரு பள்ளி ஆசிரியராக இருந்தாலும், ஒரு தச்சுவேலை செய்பவராகவோ ஒரு கட்டிட வேலை செய்பவராகவோ இருந்தாலும், நீங்கள் என்ன வேலை செய்தாலும், நீங்கள் தினந்தோறும் வேலை செய்வதற்காக வேலைசெய்யும் இடத்துக்குச் செல்லும் போது அந்த இடத்தை இறைவனின் புனிதமான இடமாக நீங்கள் கருதவேண்டும். அங்கு நீங்கள் செய்யும் வேலை, உங்கள் இல்லத்திலும், உள்ளத்திலும் எங்கும் நிறைந்திருக்கிற, நீங்கள் பணிசெய்யும் இடத்திலும் இருக்கிற பரம் பொருளுக்குச் செய்யும் வழிபாடு ஆகும்.

நீங்கள் ஒரு ஒர்க்ஷாப்பில் வேலை செய்பவராக இருந்தால், உங்கள் மேஜையில் நீங்கள் இறைவனோடு பணி புரிய வேண்டும். கடவுள் உங்களோடு பணிபுரிவதாக நீங்கள் உணரவேண்டும். அவ்வப்போது மணிக்கு ஒரு முறையாவது இந்த உணர்வு உங்களுக்கு ஏற்பட வேண்டும். அது அலுப்புத்தட்டுவதாக, இயந்திரமயமானதாக, சோர்வூட்டுவதாக இருக்கக்கூடாது. "ஓ! இறைவா! இந்தப் பணியை உனக்குச்செய்யும் எனது வழிபாடாக ஏற்றுக்கொள். உனது புகழ் ஓங்குக. உனது கருணைதான் என்னைச் செயல்படவைக்கிறது. இந்தப் பணியினை உனது திருவடி மலரெனச் சமர்ப்பிக்கின்றேன்" என்று சொல்லி இந்த உணர்வினைப் புதுப்பித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

நீங்கள் சிறைச் சாலையில் பணிபுரிந்தால், அல்லது நீங்கள் ஒரு வழக்கறிஞராகப் பணிபுரிந்தால், "கத்தி முனையில் நிற்பது போல" பணிபுரிய வேண்டும். இது மிகமிகக் கடினம். வழக்கறிஞராக இருந்து கொண்டு பொய்யே சொல்லாமல் இருப்பது மிகவும் கடினம். காவலராக இருந்துகொண்டு லஞ்சம் வாங்காமல் இருப்பது மிகவும் கடினம். இத்தகைய பணிகளில் ஈடுபட்டிருப்பவரைக் கண்டு நாம் இரக்கப்பட வேண்டும். ஏனெனில் அவர்கள் இந்த மனித வாழ்க்கையை வீணாக்கு கிறார்கள். அவர்கள் துரதிர்ஷ்டசாலிகள். ஏனெனில் தாம் விரும்பாவிட்டால்கூட அதர்மமான, அறநெறிக்கு முரணான காரியங்களைச் செய்கிற அளவுக்கு உள்ள சூழ் நிலையில் அவர்கள் சிக்கிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். ஒருவர் மனச்சாட்சியுள்ள ஆன்மீக சாதகராக இருந்தால் இந்த கவலைகளை விட்டுவிட வேண்டும். இல்லையெனில், நீங்கள் மிகவும் எச்சரிக்கையாக நடந்து செல்ல வேண்டும்; இறைவன் மீது மகத்தான பக்தி செலுத்தி, உங்களைச் சரியான பாதையில் வழிநடத்திச் செல்ல இறைவனை இடைவிடாது பிரார்த்திக்க வேண்டும். வழி பாட்டின்போது எல்லாம் இறைவனுக்குச் சமர்ப்பிக்கப்பட வேண்டும். வழிபாடு உபயோகமற்றதாக இருக்கமுடியாது. வழிபாடு நேர்மையற்றதாக இருக்கமுடியாது. வழிபாடு தூய்மையற்றதாக இருக்கமுடியாது. ஆகவே உங்கள் வாழ்க்கை நேர்மையானதாகவும் உண்மையின் அடிப் படையில் அமைந்ததாகவும் இருக்க வேண்டும். இந்த விதிமுறைதான் உங்கள் வாழ்வில் ஆட்சி செலுத்த வேண்டும். உங்களின் செயல்கள் அனைத்தும் உண்மை, நேர்மை, தூய்மை ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் அமைந்திருக்க வேண்டும். இறைவனிடத்தில் வழி பாட்டுணர்வுடன் சமர்ப்பிக்கப்படும் செயல்கள் அனைத்தும் யோகமாக ஆகிறது. அவை எந்த இடத்திலும் – அது பாரிசாக இருந்தாலும், லண்டனாக இருந்தாலும், நியூயார்க்காக இருந்தாலும், வான்கூவராக இருந்தாலும் சரி – யோகமாக ஆகின்றன. நீங்கள் எந்தக் காலத்தில்

எந்த நேரத்தில் வசிக்கிறீர்கள் – இருபதாம் நூற்றுண்டில் வசிக்கிறீர்களா, இருபத்தோராம் நூற்றுண்டில் வசிக்கிறீர்களா என்பது அவ்வளவாக முக்கியம் இல்லை. நீங்கள் எங்கு வசிக்கிறீர்கள் – கிழக்கிலா, மேற்கிலா என்பதும் அவ்வளவாக முக்கியமானது அல்ல. முக்கியமானது என்னவென்றுல், அனைத்துப் பணிகளையும் நீங்கள் யோகமாகக் கருதுகிறீர்கள். உங்கள் பணிகள் அனைத்தையும் அறநெறியும், உண்மையும், தூய்மையும் நிறைந்ததாக அமைத்துக்கொள்ளுகிறீர்கள். இவ்வாருக, உங்கள் தனிப்பட்ட வாழ்க்கை, உங்கள் குடும்ப வாழ்க்கை அலுவலக வாழ்க்கை, தொழில் வாழ்க்கை அனைத்தும் யோகமயமாக ஆகிறது. உங்கள் வாழ்வு முழுவதும் யோகத்தின் உணர்வு பரவி நிற்கிறது.

உங்களது உணவு இடைவேளையின்போது பதினைந்து நிமிடம் ஒதுக்கிக் கொள்ளுங்கள். அந்த நேரத்தில் அமைதியாக அமர்ந்து பிரார்த்தனை செய்யுங்கள். தியானம் செய்யுங்கள், கும்பலிலிருந்து ஒதுங்கிச் செல்லுங்கள். முடியவில்லையா? அப்படியானுல் செய்தித் தாளை எடுத்துக்கொண்டு ஒரு மூலையில் அமருங்கள். செய்தித் தாள் வாசிப்பது போல அமர்ந்து கொண்டு இறைவனை எண்ணி தியானம் செய்யுங்கள். அல்லது சிறு துயில் (தூக்கம்) கொள்ளுவதாக பாவனை செய்யுங்கள். கண்களை மூடுங்கள். பிரார்த்தனை செய்யுங்கள். ஆனுல் உண்மையிலேயே தூங்கி விடாதீர்கள்! இறைவனை எண்ணுவதற்காக ஒதுக்கிக்கொண்ட அந்த நேரத்தில் இந்த உலகத்தை மறந்து விடுங்கள். இந்த வாழ்க்கையை மறந்துவிடுங்கள். உங்களது வேலை, உங்களது உடல் அனைத்தையும் மறந்துவிடுங்கள். இதுதான் சக்திமிக்க செயல்முறை ஆகும். நீங்கள் உங்களிடத்தில் உறையும் ஆன்மாவைப்பற்றிச் சிந்திக்க அவ்வப்போது நேரம் ஒதுக்கினுல், ஒருநாளைக்கு இருபதுமுறை தியானிப்பது, அரைமணி நேரத்துக்கு ஒருமுறை தியானிப்பது அல்லது ஒரு நிமிடத்துக்கு தியானம்

செய்வது என்ற வழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொண்டால், போதும். இது உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றி அமைக்கும் சக்தி வாய்ந்த செயல்முறை ஆகும். தியானத்தில் அமர்ந்திருக்கும் ஒரு துறவியிடத்தில் ஏற்படுகிற மாறுதலைக் காட்டிலும் உங்களிடத்தில் ஏற்படுகிற மாறுதல் சிறப்பானது. உங்களிடத்தில் வெளிப்படும் சக்திமிக்க ஆன்மீகத் தன்மையும், மாறுதலும் சிறப்பானது. ஏனெனில் துறவிக்கு உங்களைக் காட்டிலும் வசதியான சூழ்நிலை அமைந்திருக்கிறது. அவர் எளிதாக இறைவனைக் குறித்து தியானம் செய்வது இயல்பு. ஆனால் நீங்கள் மேற்கொள்ளுகிற முயற்சி அவரது முயற்சியைக் காட்டிலும் சிறப்பானது. உங்கள் சூழ்நிலை முழுவதும், உங்கள் சுற்றுப்புறம் முழுவதும் உங்கள் வாழ்வை உருவாக்கும் அம்சங்கள் அனைத்தும் உங்களுக்கு எதிரானதாக இருக்கின்றன. அவையனைத்தும் உலகாயதமானவை; புறவாழ்க்கையின் தன்மை உடையவை; முரட்டுத்தனமான மதச்சார்பற்ற தன்மை கொண்டவை. இவையனைத்துக்கும் மத்தியில் சிறிதுநேரம் நீங்கள் தியானம் செய்கிறீர்கள். ஆகவே, உங்கள் இறையன்பு சிரத்தைமிக்கது; உண்மையானது. இதன் பலன், பத்து மடங்கு, நூறு மடங்கு அதிகமானது. ஆகவே பகல் வேளையில் அவ்வப்போது சில நிமிடங்கள் இறைவனை ஆழ்ந்து சிந்தித்து தியானம் செய்யுங்கள். ஏதேனும் ஒரு வகையில் ஒவ்வொன்றையும் இறைவனுடன் இணைத்து விடுங்கள். நீங்கள் செய்வது அனைத்தையும் இறை அன்புக்காகச் செய்யுங்கள். உங்களது செயலிலும், செயல் மூலமாகவும் இறைவனுடன் பேச முயற்சி செய்யுங்கள்.

ஒரு உணவு விடுதியில் உணவு பரிமாறுபவராக நீங்கள் பணியாற்றினால், தனது உணவுப் பொருள்களுக்கு உத்திரவு செய்பவரிடம் கடவுளைக் காணுங்கள். உணவுப் பொருள்களை அவரிடம் எடுத்துச் செல்லும்போது இறைவனுக்கு அர்ப்பணம் செய்வதற்காக ஒரு பொருளைக் கொண்டு செல்லும் பாவனையில் எடுத்துச் செல்லுங்கள்.

உங்கள் வாடிக்கையாளர் உணவு உட்கொள்ளும் மேஜை, அந்த நேரத்துக்கு உங்களது வழிபாட்டுத் தலமாக ஆகட்டும். இந்த முறையில் உங்களது செயல் ஒவ்வொன்றையும் இறைவனுடன் சம்பந்தப்பட்டதாக எண்ண வேண்டும்; இதயத்தில் பக்தி நிறைந்திருக்க வேண்டும். (உணர்ச்சி வசப்பட்டோ, கற்பனையிலோ இதனைச் செய்வதாகத் தவறாகக் கருதக்கூடாது. உண்மையில் வழிபாடு செய்வதாகவே கருதுங்கள். உண்மையான பக்திக்கு அடிப்படையாக அமைந்திருப்பது பலம்; பலவீனம் அல்ல).

நவநாகரீகம் என்னும் சாபக்கேடு

இவற்றுடன், நீங்கள் எளியவாழ்வு வாழவேண்டும். எளிய வாழ்க்கையில்தான் மனம் அலைபாயாமல் நேராகச் செல்கிறது. மாறாக, வாழ்க்கை, குழப்பமானதாகவும் பொருள்களின் குவியலாகவும் இருந்தால் அது நிலை குலைந்ததாகவும், சிதறியதாகவும் காணப்படுகிறது. எளிய வாழ்க்கையை மேற்கொள்ளுங்கள். உங்களது இந்த உடல், இதனைப் பாதுகாத்தல், உங்கள் அழகு, உங்கள் ஆடைகள் இவற்றைப்பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள்.

நான் ஒரு தெளிவான உண்மையைக் கூறுகிறேன்: நவநாகரீகம் என்பது ஒரு சாபக்கேடு. விற்பதற்குச் சரக்கு வைத்துள்ள துடுக்குத்தனமானவர்கள் மிகவும் நுட்பமாக அதை உங்கள் தலையில்கட்டி உங்களை அடிமையாக ஆக்கிவிடுகிறார்கள். நீங்கள் புத்திசாலியாக இருந்தால் மிகவும் ஆழ்ந்த, முக்கியமான உண்மை ஒன்று உங்களுக்குப் புரியும்: இந்த ஆடைகளை தயாரிப்பவர் அல்லது அலங்காரப் பொருட்களை தயாரிப்பவர் குறிப்பிட்ட ஒரு பாணியை அல்லது மாதிரியை ஓராண்டுக்குமேல் பின்பற்றுவதில்லை. அவர்கள் நிச்சயமாக மாறுதலைக் கொண்டு வருகிறார்கள். ஒவ்வொரு ஆண்டும் புதிய மாதிரியில் பொருள்கள் வருகின்றன; புதுமையான பாணியில் நவநாகரீகம் வடிவம் கொள்ளுகிறது. கடந்த ஆண்டு நீங்கள் வாங்கிய பொருட்களை உபயோகமற்றவையாக

ஆக்கவே இந்த முயற்சி. இது எவ்வளவு அபத்தானதாக இருக்கிறது? உங்களுக்கு இது புரிகிறதா? நவநாகரீகத்துக்கு அடிமையாகிவிடுகிற மனிதனின் வாழ்க்கை அளப்பதற்கு அரியதாக ஆகிவிடுகிறது. எளிய வாழ்க்கை இதயத்தையும், மனத்தையும் எளியதாகவைத்திருக்கிறது. அப்போது நீங்கள் உங்கள் இதயத்தையும், மனத்தையும் இறைவன்பால் செலுத்த முடிகிறது. குழப்பமான வாழ்க்கையில் மனமும் இதயமும் சிதறிப்போகின்றன. அவசியமான அகவாழ்வு இழக்கப்படுகிறது.

காலத்தின் சிறப்பு

காலத்தின் சிறப்பினை உணருங்கள். ஒவ்வொரு நிமிடத்தையும் பயன்படுத்துங்கள்; அதனை சிக்கனமாகப் பயன்படுத்துங்கள்; ஒவ்வொரு நிமிடத்தையும் பாதுகாத்து வைத்திருங்கள். அதனை உங்கள் ஆன்மீக வாழ்க்கைக்கு ஆக்கம்தரும் வகையில் சேர்த்துவிடுங்கள். நடிப்புமிக்க வீண் பேச்சாகிய பழக்கத்தைக் கைக்கொள்ளாதீர்கள். இரண்டு பேர்கள் சந்தித்தால் மூன்றுவது ஆளைப் பற்றி அரட்டை அடிப்பது சமுதாயத்தில் ஒரு பழக்கமாக ஆகிவிட்டது. இப்படிச் செய்தால், நீங்கள் உங்களது சொந்த வாழ்க்கையை அழித்துக் கொள்ளுகிறீர்கள்; நீங்கள் உங்களது நேரத்தை வீணுக்குகிறீர்கள் என்று பொருள். வாழ்க்கை என்பது காலம்; காலந்தான் வாழ்க்கை. பொன்னுன நேரத்தை நீங்கள் அரட்டையிலும், வீண்பேச்சிலும், பிறர்செய்த ஊழல்களைப்பற்றிப் பேசுவதிலும் செலவிட்டால், வாழ்வில் மிகவும் அருமையான ஒன்றை – கடவுளை அடையும் அரிய வாய்ப்பை நீங்கள் இழப்பதற்கு நீங்களே காரணமாக இருக்கிறீர்கள்.

நீங்கள் முதுகெலும்பு உள்ளவர் என்ற உணர்வுடன் செயல்பட வேண்டும். மாறுபட்ட தன்மையுடன் இருக்க நீங்கள் அச்சப்படக் கூடாது. ''நான் இப்படி இருந்தால், என்வீட்டை நான் இப்படி வைத்திருந்தால், பக்கத்து வீட்டுக்காரர் உள்ளேவந்து பார்க்கும்போது என்ன

நினைப்பார்?'' என்று நீங்கள் எண்ணக் கூடாது. அவர்கள் என்ன நினைப்பார்கள் என்று நீங்கள் ஏன் கவலைப்பட வேண்டும். அவர்கள் எப்படிவேண்டுமானாலும் எண்ணிக் கொள்ளட்டும். நீங்கள் எதற்குக் கவலைப்பட வேண்டும்? உங்களது மனச்சாட்சியின் கருத்துக்கும் இறைவனுடைய கருத்துக்குமா? அல்லது மற்றவர்களுடைய கருத்துக்கா? முதுகெலும்பு உள்ளவர்களாக இருங்கள். சில விஷயங்களில் தனித்தன்மைவாய்ந்தவராக, சர்வசாதாரண நிலையிலிருந்து மாறுபட்டவராக இருக்க தைரியம் கொள்ளுங்கள். மற்றவர்களைப்போல வாழ்ந்து அவர்களுடன் ஒத்துப்போக வேண்டும் என்று எண்ணாதீர்கள். எல்லா மக்களுக்குமான சமுதாய நலனில் மற்றவர்களுடன் நீங்கள் ஒத்துப்போக வேண்டும். ஆனால் உங்கள் அக வாழ்வில் நீங்கள் எவருடனும் ஒத்துப்போக வேண்டியதில்லை. கடவுளின் பார்வையில் எது சிறந்ததோ அதனைச் செய்யுங்கள். ஓரளவுக்கு சுதந்திரச் சிந்தனை உடையவராக இருங்கள். உங்கள் குடும்ப வாழ்க்கையிலும், அக வாழ்க்கையிலும் உங்கள் சிந்தனைக்கு எது சிறந்தது என்றுபடுகிறதோ எது உயர்ந்த லட்சியம் மிக்கதாகத் தோன்றுகிறதோ அதனையே பின்பற்றுங்கள்.

சுருங்கச் சொன்னால் உங்கள் முழுவாழ்க்கையிலும் ஆன்மீகத் தன்மையைக் கொண்டு வருவதற்கான செயல்முறை இதுதான். நீங்கள் கிழக்கத்திய நாட்டைச் சார்ந்தவரா, நீங்கள் பழங்காலத்தைச் சார்ந்தவரா, நவீன காலத்தைச் சார்ந்தவரா என்பதெல்லாம் முக்கியம் அல்ல. ஒவ்வொருவரும் தான் இருக்கும் இடத்திலேயே இந்த வழிபாட்டு உணர்வுடன் தனது உள்ளத்தின் அடித்தளத்தில் உறையும் ஜீவனைத் தொடலாம். எப்போதும் இறைவனை நோக்கியே செல்லுவது என்னும் குறிக்கோளின் அடிப்படையில் தனது வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொள்ளலாம். இவையனைத்திலும் நீங்கள் இறைவனை நோக்கி முன்னேறிச் செல்லுகிறீர்கள். உங்களை இறைவனுக்கு அருகில் கொண்டு வருவதாக எல்லாச் செயல்களும் அமையட்டும்.

முடிவுரையாகச் சில குறிப்புகள்

நற்பண்பை உங்களது வாழ்க்கையின் விதிமுறையாக வளர்த்துக்கொள்ளுங்கள். உங்களின் அனைத்து எண்ணங்களுக்கும், செயல்களுக்கும், பேச்சுக்களுக்கும் ஆதாரமாக இந்த நற்பண்பு அமையட்டும். இது நற்பண்பு உடையதா, இல்லையா? உங்களது வாழ்வில் வழிகாட்டும் அளவுகோலாக இது அமையவேண்டும். கடவுளை நோக்கி எப்போதும் முன்னேறுவதே கொள்கையாக இருக்க வேண்டும்.

குடும்பங்கள் தமது நிகழ்முறையில் சிலவற்றைச் சேர்த்துக்கொள்ளலாம். சிறிது நேரம் அமைதியாகச் சிந்திக்கலாம். சிறிது நேரம் குடும்பத்தில் உள்ளவர்களுடன் கலந்து உரையாடலாம். சிறிது நேரம் பொதுவாக ஆன்மீக விஷயங்களைப் படிக்கலாம். சிறிது நேரம் பதிகங்களையும் பாடல்களையும் ஒன்று சேர்ந்து பாடலாம். எல்லாக் குடும்பங்களும் மனப்பாடம் செய்த பதிகங்களையும் பக்திப் பாடல்களையும் பாடுவதை பழக்கமாக ஆக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

உணவை முதலில் இறைவனுக்கு அர்ப்பணம் செய்வதைக் கொள்கையாகக் கொள்ள வேண்டும். இறைவனுக்கு அர்ப்பணம் செய்த உணவைத்தான் நாம் உட்கொள்ள வேண்டும். கருணையினை உணர்த்தும் முதுமொழி இது.

வீட்டில் மனைவி வீட்டு வேலைகளைச் செய்கிறபோது, தான் செய்கிற ஒவ்வொரு வேலையும் இறைவனுக்காகச் செய்யும் வேலை என்ற அர்ப்பண மனோபாவத்துடன் வேலை செய்யவேண்டும். பாத்திரங்களைக் கழுவும் போதும், தரையைச் சுத்தப்படுத்தும் போதும், உணவு தயாரிக்கும் போதும் — இவ்வாறு ஒவ்வொரு பணி செய்கிறபோதும் அதனை இறைவனுக்காகச் செய்யும் பணியாகவே கருத வேண்டும். ‘‘மகாபிரபு! இந்த

வழிபாடு — எல்லாம் உன் அன்புக்காக! எல்லாம் உன் புகழுக்காக’’ என்று அவள் சொல்ல வேண்டும். கை வேலை செய்யும்போது அன்புடன் செய்ய வேண்டும். இதயமும் கையும் இறைவனிடத்தில் அர்ப்பணமாகிய தன்மையில் செயல்படுவதாக நீங்கள் உணர்ந்து கொள்ளும் வகையில் அவைகளின் செயல் இருக்க வேண்டும்.

பிறகு, பக்கத்து வீட்டுக்காரருடன் உதாரணமான உறவு வைத்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் ஒரு நல்ல பக்கத்து வீட்டுக்காரராக இருக்க வேண்டும். உங்கள் குடும்பத்து உறுப்பினர்கள் அனைவரும் கருணை மிக்கவர்களாக ஆகவேண்டும். ஒருவர் துன்பப் படுகிறார் என்றால்; உதவி செய்ய ஒரு வாய்ப்பு இருக்கிற தென்றால், உதவி செய்யுமாறு எவரும் கேட்காவிட்டாலும், குறிப்பிட்ட நபர் துன்பப் படுகிறார் என்று நீங்கள் கருதி னால், விளம்பரப் படுத்திக்கொள்ளாமல் அந்த நபருக்கு உதவி செய்யுங்கள். நீங்கள் தர்மம் செய்ய விரும்பினால், நீங்கள் ஒரு நல்ல உதாரணமான கருணையாளராக ஆக விரும்பினால் அதற்குப் பலவழிகள் இருக்கின்றன. அதனை நீங்கள் இன்றும் கடைப்பிடிக்கலாம். இவை உங்கள் வாழ் வில் உன்னத இடம் பெற்றிருக்கவேண்டும். இவ்வாறாக, உங்கள் உடன் வாழ்பவர்களுடன் நீங்கள் பழகும் தன்மை யில் மூலமாக நீங்கள் கடவுளை வழிபட்டு, யோகம், கருணை, நன்மை, சுயநலமின்மை என்னும் நோக்கத்தைப் பூர்த்திசெய்து கொள்ளுங்கள்.

வார இறுதி நாட்கள் குடும்பங்களுக்குப் பொழுது போக்கு (Recreation) நாட்களாகமட்டும் இல்லாமல், ஆன்மீகத் தன்மையினை மீண்டும் நம்மிடத்தில் தோற்றுவிப்பவையாகவும் (Recreation) இருக்க வேண்டும். வார இறுதி நாட்களில் எங்காவது போய்வர வேண்டும் என்ற ஏக்கம் ஏன் இருக்கிறது?

குழந்தைகள் ஏன் வெளியே புறப்பட எண்ணுகிறார்கள்? வீட்டுச் சூழ்நிலை அழகும், இனிமையும், மகிழ்ச்சியும் நிறைந்த உதாரணமான சூழ்நிலையாக இருந்தால், வீட்டில் உள்ள எவரும் வார இறுதி நாட்களில் எங்கும் செல்ல விரும்பமாட்டார்கள். வீட்டில், குடும்பத்தில் வாழ்கின்ற ஒவ்வொரு நிமிடமும் உங்களுக்கு அன்பு நிறைந்ததாக இருக்கும். அங்கிருந்து வெளியேறிச் செல்ல நீங்கள் விரும்பமாட்டீர்கள். குடும்பச் சூழ்நிலை சீர்குலைக்கப் பட்டிருக்கும் போது, கடவுளிடத்தில் நம்பிக்கை யில்லாதபோது, இறைவனின் சாந் நித்தியத்தில் நம்பிக்கை இல்லாதபோது, பக்தி, அன்பு, தர்மம் இல்லாதபோது கணவனும் மனைவியும் ஒருவரை யொருவர் புரிந்து கொள்ளுவதில்லை; குழந்தைகள் பின்பற்றத்தக்க நல்ல உதாரணம் இல்லை. இந்த நிலையில் அவர்கள் கீழ்ப்படியாதவர்களாகவும் பொறுப்பற்றவர் களாகவும் மாற்றி விடுகிறார்கள். ஆனால் ஒரு இல்லம் குறிக்கோள் உடையதாக இருந்தால், அதன் சூழ்நிலை சகஜமானதாக இருந்தால், உங்கள் குடும்ப வாழ்வின் மையமாக இறை அன்பு இருந்தால், பிறகு, குடும்பத்தில் உள்ள எவரும் வெளியேறிச் செல்லமாட்டார்கள். அப்போது வீட்டில் வார இறுதிநாட்கள் உருப்படியாகச் செலவிடப் படுகின்றன; நீங்கள் ஆன்ம லாபம் பெறு கிறீர்கள். இந்த வகையில் சேர்க்கப்பட்ட செல்வத்தை எந்தப் பூச்சியும் தின்றுவிட முடியாது. எந்த ஒரு இரும்புத் துருவும் அதனை அழிக்க முடியாது. எந்தத் திருடனும் அதனைத் திருடிக்கொண்டு செல்ல முடியாது. இவ்வாறு யோகசாதனை மிக்க வாழ்க்கையின் மூலம் சேர்த்து வைக்கப்பட்டுள்ள ஆன்மீகச் செல்வத்தை அணுகுண்டுகள் கூட கவர்ந்து செல்ல முடியாது.

இல்லம் மற்றும் குடும்பத்தில் யோக வாழ்க்கை அமைப்பு முழுவதும் ஏறத்தாழ இந்த வகையில்தான் அமைந்திருக்கிறது என நான் நினைக்கிறேன்.

10. வினைப்பயனும் மறுபிறவியும்

புகழ்மிகு அமரத்துவம்பெற்ற ஆத்மாவே! "வினைப் பயன் மற்றும் மறுபிறவி" என்ற பொருளை நாம் மிகவும் கவனமுடன் ஆராயவேண்டும். ஒவ்வொருவரும் இதனை புத்திசாலித்தனமாக அணுகவேண்டும். ஏனெனில் நமது உலக வாழ்வை ஆளும் விதிமுறையை வெளிப்படுத்து வதாக இது அமைந்திருக்கிறது. "கர்மாவைப்பற்றி இந்தியாவின் கருத்து" அல்லது "மறுபிறவி பற்றி ஹிந்து வின் கருத்து" என்று சிலர் சிந்திக்காமல் கூறுகின்றனர். இது முறையற்றதாகும். நாம் பேசுகிற பொருள் புதிதாக உருவாக்கித் தெரிவிப்பதல்ல. ஒரு விதிமுறையை வெளிப் படுத்துவதாகும். இந்த விதிமுறை கிழக்கு நாடுகளில் உள்ள மக்களுக்குமட்டும் சொந்தமானதல்ல; இது எல்லா மதங்களுக்கும் அடிப்படையாக இருக்கிறது; உலகில் உள்ள எல்லா மதங்களும் இதனைப் பொதுவாகப் பின்பற்றுகின்றன. புவிஈர்ப்பு விசைபற்றிய விதி எப்படி நியூட்டனின் விதி இல்லையோ அதுபோல இந்த விதி முறை ஹிந்து விதிமுறை அல்ல. நியூட்டனுக்கு அந்த விதியிடத்தில் ஒரு உரிமை இல்லை. அது அவருக்குச் சொந்தமானதல்ல. அந்த விதிமுறை செயல்படுவதைக் கண்டார்; கண்டதை விளக்கிச் சொன்னார். அவ்வளவு தான். அதுபோல ஆர்க்மிடிஸ் தத்துவமும் கிரேக்க நாட்டு விதிமுறையோ கிரேக்க நாட்டுக் கண்டுபிடிப்போ அல்ல. அந்த விதிமுறை ஆர்க்மிடிஸ் என்பவர் கண்டு பிடிக்கும்போது செயல்பட ஆரம்பிக்கவில்லை. அது நிலையாகச் செயல்பட்டுக்கொண்டே இருக்கிறது. அது போலவே வினைப்பயன் மற்றும் மறுபிறவி சம்பந்தமான விதிமுறையினை கிழக்கில் தோன்றியது என்று நாம் கூற முடியாது. அது நிலையாக இருந்து வருகிறது. மனிதகுல வரலாற்றில் ஏதோ ஒருகாலத்தில் யாரோ ஒரு ரிஷி அல்லது ஞானி இந்த விதிமுறையை உணர்ந்துகொண்ட காலத்திலேயே இந்த விதிமுறை செயல்பட்டுக் கொண்டிருந்தது. அல்லது இந்த ரிஷி அல்லது ஞானி

ஆழ்ந்த தியானத்தில் இருக்கும்போது இந்த் விதிமுறை யினை அறிந்து அதனை மனித குலத்துக்கு எடுத்துரைத் தார் என்றும் சொல்லலாம்.

வெகு காலத்துக்கு முன்பாகவே, ஆழ்ந்த தியானத் தில் ஹிந்துக்களுக்கு இந்த விதிமுறை செயல்படும் தன்மை விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறது. "இந்த நவநாகரிக காலத்து மக்கள், மிகவும் முன்னேறியுள்ள இருபதாம் நூற்றுண்டு மக்கள் ஏன் இந்த விதிமுறைபற்றிக் கவலைப் படவேண்டும்?" என்று ஒருவர் கேட்கலாம். "பல ஆண்டுகளுக்கு முன்பாக ஹிந்துக்களுக்கு ஆர்வமூட்டிய தாக இந்த விதிமுறை அமைந்திருக்கலாம். இந்தப் பழங் கால விதிமுறை இந்த நவீன காலத்துக்கு எப்படிப் பொருத்தமாகும்" என்றும் கேட்கலாம். முதலில், இது ஒரு ஹிந்து விதிமுறை அல்ல. ஹிந்துக்களுக்கும் அதற் கும் சம்பந்தமில்லை. இது கடவுளின் விதி. இந்த பிரபஞ் சத்தை ஆளுகிற விதிமுறையை இறைவன் வகுத்தான். மேலும் இந்த விதி முறையை பழங்காலத்து விதி முறை என்றும் இந்தக் காலத்துக்கு ஒவ்வாதது என்றும், இனி இதனுல் பயனில்லை என்றும் கருதக்கூடாது. இது பிரபஞ் சம் முழுவதற்குமான விதிமுறை, எப்போதும் பயனளித்து வரும் நிலையான விதிமுறை. இது கடவுளின் விதிமுறை. ஸ்தூல சரீரத்துடனை வாழ்க்கைக்கு சுவாசம் அவசியம் என உயிரின ஆராய்ச்சி வல்லுனர்கள் வெகு காலத்துக்கு முன்பாகவே கண்டுபிடித்தார்கள். இந்த உண்மை வெகு காலத்துக்கு முன்பு கண்டு பிடிக்கப்பட்டதால், இனிமேல் இந்த உண்மை குறித்து அக்கரை செலுத்த வேண்டிய தில்லை என்று எவரும் கூறமுடியாது. மனிதன், ஸ்தூல சரீரத்துடன் இருக்கிற வரையில், சுவாசத்தை விட்டுவிட முடியாது. ஸ்தூல சரீர வாழ்க்கைக்கு சுவாசமே ஆதார மாக இருக்கிறது. பிராணவாயு மிகவும் முக்கியமாகத் தேவைப்படுகிறது. பிராணவாயு மறுக்கப்பட்டால், மனிதன் இறந்து விடுகிருன். விதிமுறை பயன்மிக்கதாக இருக்கிறது. மனிதன் மிகவும் முக்கியமாக அதுபற்றிக் கவலைப்படுகிருன்.

விதிமுறையும் அதன் கருத்துக்களும்

விளைப்பயன் மற்றும் மறுபிறவிபற்றிய விதிமுறை பற்றிய அறிவிப்பு திடுக்கிடவைக்கும் அறிவிப்பு அல்ல. இதனைப் புரிந்துகொள்ளவோ அல்லது ஒப்புக்கொள்ளவோ விசேஷ முயற்சி தேவையில்லை. இப்போதும்கூட, இந்த விதிமுறை மாபெரும் விஞ்ஞானிகளால் மனப்பூர்வமாக ஒப்புக்கொள்ளப்பட்டு அங்கீகரிக்கப்படுகிறது, இது அனைவருக்கும் தெரியும் வகையில் பிரபலமாக விரித்துரைக்கப் பட்டிருக்கிறது. விதி முறைபற்றிய அவர்கள் விளக்கவுரையின்படி, பௌதீக சம்பந்தமான இந்த விளக்கவுரையின் படி, ஒவ்வொரு செயலுக்கும் சமமான எதிர்ச்செயல் உண்டு. ஒவ்வொரு செயலுக்கும் தவிர்க்கமுடியாத ஒரு விளைவு உண்டு. ஒவ்வொரு இரசாயன விஞ்ஞானியும், பௌதீக சாஸ்திர வல்லுநரும் இந்த விதிமுறை புறத்தேயுள்ள பிரபஞ்சத்தின் பௌதீக விஷயங்களை ஆளுகிறது என்று நம்புகின்றனர். இதே விதிமுறைதான் வெகு காலத்துக்கு முன்பாகவே அறநெறி, நீதிநெறி, ஆன்மீகநெறி என்னும் நிலைகளில் இந்திய ஞானிகளுக்குப் புலனாயிற்று. ஒரு செயலுக்கு விளைவு ஒன்று இருப்பதனையும், ஒரு செயலுக்கு எதிர்ச்செயல் ஒன்று இருப்பதனையும் நம்மைச் சுற்றியுள்ள இந்த உலகத்தில் நாம் காண்பதுபோல, நீதிநெறி, அறநெறி என்னும் உலகிலும் ஒவ்வொரு செயலும் ஒரு விளைவைத் தோற்றுவிக்கிறது. விதைக்கப்படும் ஒவ்வொரு விதையும் குறிப்பிட்ட ஒரு கனியை அல்லது குறிப்பிட்ட ஒரு விளைச்சலைத் தருகிறது. ''வினை விதைத்தவன் வினை அறுப்பான்; தினை விதைத்தவன் தினை அறுப்பான்'' என்ற பழமொழியின் மூலம் இது மிக எளிதாக விளக்கப்படுகிறது. இந்த விதியினை விஞ்ஞானிகள் ''ஒவ்வொரு செயலுக்கும் ஒரு விளைவு உண்டு; ஒவ்வொரு செயலுக்கும் சமமான எதிர்ச் செயல் உண்டு'' என்று விளக்கம் தந்து அதனை பௌதீக விஷயங்களில் கடைப்பிடித்து வருகின்றனர். இத்துடன் நாம் ஒன்றைச் சேர்த்துச் சொல்ல வேண்டும். ஒவ்வொரு செயலும் ஒரு

விளைவினைத் தோற்றுவிக்கின்றது; இந்த விளைவின் இயல்பு செயலின் இயல்பைப் போலவே இருக்கிறது. இது மிகவும் நியாயமான வாதமாகும். இந்தியாவில் ஒரு பழமொழி உண்டு; தனிமனிதனின் பழக்கவழக்கங்கள் அவனது மன நிலைக்கு ஏற்ப அமைகிறது; அவனது மன இயல்பு, முன்னதாக அவன் செய்த செயல்களுக்குத் தக அமைகிறது. வினைப்பயன்பற்றிய விதிமுறை செயலளவில் சில சிக்கல்களைக் கொண்டிருக்கிறது. இந்தச் சிக்கலின் காரணமாக இந்த விதிமுறைபற்றிய தவறான எண்ணங் கள் எழுகின்றன. வினைப்பயன் பற்றிய விதிமுறை மனித னின் வாழ்வில் செயல்படுகிற காரணத்தால், மனிதன் தனது செயல்களை வகைப்படுத்திக்கொள்ளுவது தவிர்க் கப்படுகிறது; நடப்பதெல்லாம் வினைப்பயன்பற்றிய விதி யின்படி நடந்தே தீரும். இது தவிர்க்க முடியாதது; இந்த நிலையில் மனிதன் எப்படிச் செயல்பட முடியும் என்று வினா எழுப்பப்படுகிறது. தவறான கருத்துக்களில் இதுவும் ஒன்று.

இப்போது, ஒருவன் தனது செயலுக்குத் தகுந்த பயனை அனுபவிக்கிறான். விதிமுறையின் அறிவிப்பே மனிதகுலத்தின் தன்மையை அங்கீகரிக்கிறது. செயற் களத்தில் விதைப்பவனாக மனிதன் இருக்கிறான்; அதற் குரிய விளைச்சலை அறுவடை செய்பவனாகவும் அவன் இருக்கிறான்; இது அவன் மேலும் செயல்படக் காரணமாக இருக்கிறது. மனிதன் ஏதும் செய்யாதவன் என்ற நிலை இருக்குமானால், வினைப்பயன்பற்றிய விதிமுறை கேலிக் கூத்தாக ஆகிவிடும். இது மிகவும் முக்கியமான கருத்து. இதனை நாம் நன்கு புரிந்துகொள்ள வேண்டும். வினைப்பயன்பற்றிய விதிமுறை ஒரு மனிதனை, இந்த விதி முறையின் கீழ், ஒரு பொம்மையாகவோ, ஏதும் செய்ய இயலாதவனாகவோ ஆக்கவில்லை. ஒரு மனிதன் இந்த விதிமுறையின்படி தான்செய்த வினைக்குத் தகுந்த துன்பத்தையோ அல்லது மகிழ்ச்சியையோ அனுப விக்கிறான். அவன் இவ்வாறு துன்பத்தையோ

அல்லது இன்பத்தையோ அனுபவிப்பதிலிருந்து தப்பிச் செல்ல முடியாது. இந்தக் கருத்தும் மனிதன் சுதந்திர மானவன் என்ற கருத்தும் எப்படி ஒத்துப்போக முடியும்? விதிமுறையை நாம் தெளிவாகப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொரு மனிதனின் வாழ்க்கையிலும் இரு அம்சங்கள் வேலை செய்கின்றன. ஒன்று தனிமனிதன் பெறவேண்டிய அனுபவம். அவனுக்கு வருகிற துன்பமோ, இன்பமோ, துரதிர்ஷ்டமோ, நஷ்டமோ, எதுவாக இருந் தாலும் அதனை அவன் அனுபவித்தே ஆகவேண்டும். இந்து அனுபவங்கள் தவிர்க்கமுடியாதவை அவற்றிலிருந்து தப்பிச்செல்ல முடியாது. ஒவ்வொருவரும் அவற்றைப் பெறத்தான் வேண்டும். மற்ரெரு விஷயம் இருக்கிறது. அது, மனிதன் தேர்ந்தெடுத்துக்கொள்ளுகிற செயல்கள் ஆகும். இந்தச் செயல்கள் தனிப்பட்ட மனிதனின் மனோ நிலையின் அடிப்படையில் அமைகிறது.

மனிதன் தான் பெறவேண்டிய அனுபவங்களைப் பெறத்தான் வேண்டும். அதிலிருந்து தப்பிச்செல்ல முடியாது. ஆனல் தான் செய்யவேண்டிய செயல்களை மனிதன் தன் விருப்பம்போலத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள லாம். இந்த அளவில் மனிதனுக்குச் சுதந்திரம் உண்டு. சமுதாயக் கட்டுப்பாடுகள், பாரம்பரியம், ஆசாரங்கள் போன்று உலகில் தோற்றுவிக்கப்பட்டுள்ள பல தடை களின் காரணமாக மனிதன் முழுமையாகச் செயல்பட முடியாதவனுக இருக்கலாம். ஆனல் வினைப்பயன்பற்றிய விதிமுறையும் இருக்கிறது; ஆதலால் மனிதன் முழுமை யான சுதந்திரத்துடன் செயல்பட முடியவில்லை என்று சொல்லி அதனை நிரூபிக்க முயற்சிப்பது அவசியமற்றது. மனிதன் தான் விரும்புவதையெல்லாம் செய்யவேண்டும் என்பதில்லை; செய்யவேண்டிய செயலைத் தீர்மானித்துக் கொள்ளுகிற சுதந்திரம் மனிதனுக்கு உண்டு. வாழ்க்கை யில் அனுபம் பெறுவதில் மனிதனுக்கு சுதந்திரம், தெரிந் தெடுக்கும் உரிமை, மாருனபோக்கு ஆகியவை கிடை யாது. ஆனல் எவ்வாறு செயல்படவேண்டும் என்று

உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுவதில் ஓரளவுக்கு மனிதனுக்கு சுதந்திரமும், தேர்ந்தெடுக்கும் உரிமையும் இருக்கிறது.

வினையின் மூன்று நிலைகள்

வினைப்பயன்பற்றிய விதிமுறையின்படிச் செயல் படுகிற ஒவ்வொரு தனிமனிதனின் வாழ்விலும் நிகழுகிற செயல்கள் மூன்று நிலைகளாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. முதல் நிலையில், விஞ்ஞான விதிமுறையான செயலுக்கு ஏற்ற விளைவு என்பதனை வைத்துப் பார்த்தால், ஒரு மனிதனின் வாழ்நாளில் சில செயல்களுக்கு உடனடியாக விளைவு இருக்கிறது; சில செயல்களுக்குச் சில ஆண்டுகள் கழித்து விளைவுகள் ஏற்படுகின்றன. ஆனால் சில செயல்களுக்கு இந்த வாழ்நாளில் விளைவு தோன்றுவதில்லை. இந்த நாளில் விளைவினை ஏற்படுத்தாத செயலின் நிலை என்னவாகிறது? இவ்வாறு செயல்களால் தோற்றுவிக்கப் படாத விளைவுகள் வினைப்பயன் சம்பந்தமான ஒரு சேமிப்பு அறையில் சேர்த்துவைக்கப்படுகிறது. கர்ம வினைகள்பற்றிய முதல்நிலை இது.

இரண்டாவதுநிலை இதுவாகும்: எதிர்ச்செயல்கள் என்னும் சேமிப்புக் கிடங்கிலிருந்து ஒரு சில எதிர்ச்செயல் கள் இன்பம், துன்பம் என்ற வடிவில் ஒரு குறிப்பிட்ட வாழ்நாளில் வெளிக்கொணரப்படுகின்றன. இவ்வாறு வெளிக்கொணரப்படும் எதிர்ச் செயல்கள்தான் குறிப் பிட்ட பிறவியில் பெறப்படும் அனுபவங்களுக்குக் காரண மாக அமைகிறது. மனிதனின் பிறப்பு, இறப்பு, அழுகை, துன்பம், இன்பம் அனைத்தையும் இதுதான் தீர்மானிக் கிறது. சுருங்கச் சொன்னால் இந்த அனுபவங்கள் அனைத்தும் சேமிப்பு அறையில் குவித்துவைக்கப்படும் வினைப்பயன்களிலிருந்து வெளிப்படுபவையே.

மூன்றாவதுநிலை எது? இந்த உலகில் மனிதன் செயலைச் செய்துகொண்டே இருக்கிறான். அவன் ஒரு குறிப்பிட்ட வழியில் சிந்தித்து ஒரு குறிப்பிட்ட வழியில்

செயல்படுகிறுன். இந்தக் குறிப்பிட்ட உலக வாழ்வின் செயல்கள் விஜனயின் புதிய விதையினை உருவாக்கிக் கொள்ளுகிறது. எதிர்காலத்தில் எப்போதாவது இந்தச் செயலின் விளைவை அனுபவிக்க வேண்டியநிலை ஏற்படும். இந்தப் புதியவினை எந்த நிலைக்குச் சம்பந்தப்பட்டது? இது இந்த வாழ்வின் அனுபவங்களுக்கோ ஏற்கனவே சேமித்து வைக்கப்பட்டுள்ள எதிர்ச்செயல்களுக்கோ சம்பந்தப்பட்டதல்ல. இது புதுவகையைச் சார்ந்த தாகும். இது மூன்ருவது நிலை. இதில் நிகழ்காலச் செயல்கள் உள்ளன. இதனை "செய்யப்படுபவை" (Kriyamana) என்றும் "வரவேண்டியவை" (Agami) என்றும் குறிப்பிடுகிறேம். ஏனெனில், இனி வரவேண்டியவை தற்போது நிகழும் செயலின் விளைவுதான். ஆக, வினைப்பயன் மூன்று நிலைகளில் அமைந்திருக்கிறது: (1) வினைப்பயன் சேர்த்துவைக்கப்பட்டிருக்கும் சேமிப்புக் கிடங்கு. (2) இப்பிறவியில் பெறுவதற்காக உறுதிசெய்யப் பட்டுள்ள அனுபவங்கள். (3) இப்பிறவியில் தோற்றுவிக் கும் வினைப்பயன்கள்.

இப்பிறவியில் கடைப்பிடிக்கப்படும் செயல்களுக்கு தெளிவான இரண்டு விளைவுகள் உள்ளன. அவற்றில் ஒன்று இந்தப் பூவுலகில் ஏற்படும் விளைவு. இந்த விளைவு உடனடியாக தோற்றுவிக்கப்படலாம். அல்லது நாளை தோற்றுவிக்கப்படலாம். அல்லது அடுத்த வாரத்திலோ அல்லது பத்து நாட்களிலோ தோற்றுவிக்கப்படலாம். ஆனல் இந்தச் செயல் மனதில் இந்த விளைவினைத் தோற்றுவிப்பது மட்டும் உடனடியாக நிகழுகிறது. செய்யப்பட்ட செயலின் இயல்பினை மனம் உடனடியாகப் பதிவுசெய்து கொள்ளுகிறது. கடுமையான, கொடுமை யான ஒரு செயல் நிகழ்ந்தால் இந்தக் கடுமை மற்றும் கொடுமையின் பதிவு மனத்தில் ஏற்படுகிறது. மனத்தில் தெளிவான போக்குகள் உருவாகுவதற்கு திரும்பத் திரும்ப ஏற்படும் இந்த மனப் பதிவுகள் காரணமாக உள்ளன. அவை மனதை ஒரு குறிப்பிட்ட தன்மை கொண்டதாக

ஆக்குகின்றன. மனம் செய்துகொண்ட பதிவுகள், வளர்த்துக்கொண்ட போக்குகள் ஆகியவற்றின் மூலம் பெற்றுக்கொண்ட தன்மைகளின் ஒட்டுமொத்த வடிவம் தான், தனிமனிதனின் இயல்பாக மாறுகிறது. அடிக்கடி இது தனிமனிதனின் ஒழுக்கம் என்று சொல்லப்படுகிறது. இந்தச் செயல் புறத்தே ஏற்படுத்தும் விளைவுகள்பற்றி ஆன்மீக ஜீவன் அவ்வளவாக அக்கறைப் படுவதில்லை. இந்தச் செயல் மனதில் ஏற்படுத்துகிற பதிவினைப்பற்றித் தான் அது முக்கியமாக கவலைப்படுகிறது. இந்தப் பதிவுகள் தான் மனத்தின் இயல்பை உருவாக்குகின்றன. எதிர் காலத்தில் எத்தகைய விளைவை அனுபவிக்க வேண்டி யிருக்கும் என்பது குறித்து இவை எச்சரிக்கை செய் கின்றன.

விதை விதைத்த விவசாயி, விளைந்ததை அறுவடை செய்ய வயலுக்கு வரவேண்டும். அதுபோல மனிதனும் மூன்றுவகைச் செயலுக்கான விளைவை அனுபவிக்க இந்த நிலவுலகின் செயற்களத்திற்கு மீண்டும் திரும்பி வர வேண்டும். இவ்வாறு ஆன்மா, தனது செயலின் விளைவை அனுபவிக்க மீண்டும் மீண்டும் திரும்பி வருகிறது. விதிமுறைப்படி வினையின் பயன் இருக்கின்ற வரையில் அதனை அனுபவிக்கத்தான் வேண்டும். புதிதாக வினைப் பயனைத் தோற்றுவிக்கக் கூடாது என்ற எண்ணத்துடன் மனிதன் செயல்பட்டால் தொடர்ந்துவரும் சில பிறவி களில் வினைப்பயன் சேமித்து வைக்கப்படும் கிடங்கு காலியாகிவிடும். ஒரு புகழ்மிகு பிறவியில் மனிதன், அனுபவிப்பதற்குரிய எந்தவிதமான கர்மாவும் இல்லாத நிலையில் இருக்கிறான். சாதாரணமாக இந்த நிலை ஏற்படுவதில்லை. அடுக்கடுக்காக உள்ள வினைப்பயனை மனிதன் குறைப்பதில்லை; மாறாக, அதனுடன் மேலும் மேலும் சேர்த்துக் கொண்டே போகிறான். இது, மனிதன் செய்கிற மாபெருந் தவறு.

தனது இலக்கை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளும் மனிதன்

இந்த மகத்தான விதிமுறை நமக்குக் கிடைத்த பெரும் பேறு அல்லது சாபக்கேடா? இரண்டும் கலந்ததுதான் ஆனால் இறுதியில் அது பேரானந்தமாகவே ஆகிறது. மக்கள் அதனை ஒரு குறிப்பிட்ட கோணத்தில்தான் பார்க்கிறார்கள். மனிதன் இந்த விதிமுறை என்னும் சக்கரத்தில் கட்டுப்பட்டுள்ளவரையில் அவனுக்கு மகிழ்ச்சியே இல்லை என்றும்; எப்போதும் துன்பம்தான் என்றும், அவன் எப்போதும் அழுது கொண்டே இருக்க வேண்டியது தான் என்றும் கருதுகிறார்கள். இந்த நோக்கில் வினைப்பயன் மனிதனை எப்போதும் பற்றிக் கொண்டிருக்கும். வினைப்பயனுக்குரிய விதிமுறை, அவன் அனுபவிக்க வேண்டியதை அவன் தலையில் சுமத்திவைக்கும். இதன் மூலம் அவன் துன்பத்தை அனுபவிக்க வேண்டியிருக்கும். ஆனால் இந்த வினைப்பயன்பற்றிய விதிமுறை தண்டனை யளிக்கும் ஒரு விதிமுறையைப் போன்றதா? இல்லை என்பது தெளிவாகப் புரிகிறதல்லவா? இதனை மற்றொரு நோக்கில், புகழ்மிகு நோக்கில் பார்க்கலாம். மனிதன் தான் செய்த தீயசெயலுக்கு உரிய விளைவிலிருந்து தப்பிச் செல்ல முடியாது. அந்த வினையின் பயனை அனுபவித்தே தீரவேண்டும். கஷ்டப்பட்டுக் கண்ணீர் சிந்தவேண்டும். இதேபோல, மனிதனின் செயல் நல்ல செயலாக இருந்தால் விளைவு வெகுமதியாக இருக்கும்; மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். இதனை அனுபவிப்பதிலிருந்தும் மனிதன் தப்ப முடியாது. மனிதன் இவ்வாறு செய்கிற நல்ல செயல்கள் அவனைத் தொடர்ந்துசென்று அவனுக்கு மாபெரும் துன்பங்களும் தாங்கமுடியாத வருத்தமும் ஏற்படுகிற போது அவற்றைப்போக்கி அவனுக்கு மகத்தான மகிழ்ச்சியினைக் கொடுக்கின்றன.

முறையாகப் புரிந்துகொண்டால், வினைப்பயனின் விதிமுறை, அளவிலா நம்பிக்கையினைத் தருகிறது என்று உணர்ந்து கொள்ளலாம். மனிதன், தானே தனது

இலக்கை நிர்ணயித்துக் கொள்ளலாம் என்று அது சொல்லுகிறது. மனிதன் எதனைச் சார்ந்திருப்பான் என்பதை அது தெரிவிக்கிறது. வரவிருக்கும் அனுபவங்களின் தன்மையினைப்பற்றித் தீர்மானிப்பது மனிதன் தான். தவறு செய்யுமாறு உலகின் எந்தச் சக்தியும் அவனை நிர்பந்திக்க முடியாது. தனது பழக்க வழக்கங்கள், செயல்கள், எண்ணங்கள் இவை குறித்து மனிதன் ஜாக்கிரதையுடன் இருக்கவேண்டும். தனது இலக்கைத் தானே நிர்ணயித்துக் கொள்ளும் எஜமானன், மனிதன். தனது தலைவிதியை அமைத்துக் கொள்ளுபவனும் அவனே. தனது தவறான செயல்கள் மற்றும் எண்ணங்களைத் தவிர இந்த பிரபஞ்சத்தில் வேறு எதற்கும் மனிதன் அஞ்சத் தேவையில்லை. "எனக்கு வேண்டியதை என்னால் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள இயலாது என்னும் அனுபவத்தை எனக்கு கொடுக்கும் சக்தி யாருக்கு இருக்கிறது? என்னைப் புண்படுத்தவோ, எனக்கு வருத்தத்தைத் தோற்றுவிக்கவோ, எனக்குத் தீமையை அல்லது அழிவைத் தருவதற்கோ இந்த உலகில் எவருக்கும் சக்தியில்லை" என்று மனிதன் சொல்லவேண்டும். இவ்வாறு மனிதன் அளவிலாத் துணிவினைப் பெறுகிறான். பேரானந்தத்துடன் சுடரொளிபரப்பும் ஒளிமயமான தனது எதிர்காலத்தினை தனக்குத்தானே வகுத்துக் கொள்ளும் உறுதிப்பாடு மனிதனிடத்தில் ஏற்படுகிறது. சரியான விதையைத் தெளிப்பதற்கான முறையான பக்குவத்தையும், உதாரணமான நெறிமுறையில் தனது செயல்களை அமைத்துக்கொள்ளும் தன்மையையும் வினைப் பயன் பற்றிய விதிமுறை மனிதனுக்குத் தருகிறது.

இந்த விதிமுறைதான் பிரபஞ்சத்தில் அறநெறிகளைப் போற்றுகின்றது. இந்த விதிமுறை இல்லை என்றால் நல்லதைப் பின்பற்றவும் தீயதைத் தவிர்க்கவும் ஊக்கம் பிறக்காது, இவ்விரு செயல் முறைகளும் புகழ்மிகு விதிமுறையின் மூலம் ஏற்படுபவை. மனிதன், தான் தீமையைத் தவிர்க்கா விட்டால், களைகளையும்

முட்களையுமே தன்னால் விதைக்க முடியும் என்பதை அறிந்திருக்கிறான். நல்ல செயல்களைச் செய்து நன்மையை — மகிழ்ச்சியை நாம் அனுபவிப்பதற்காக இருக்கிறோம்; ஆதலால் நாம் நல்ல செயல்களையே செய்யவேண்டும் என்று மனிதனுக்குத் தெரியும். இந்த நோக்கில், வினைப்பயன்பற்றிய விதிமுறை தலைவிதியைப் பற்றிச் சொல்லும் தத்துவம் அல்ல; மாறாக, அது உயரிய ஒழுங்கு முறையை — இந்த பிரபஞ்சத்தின் அறநெறி முறைக்கு அடிப்படையாக உள்ளதை உணர்த்தும் தத்துவம். இந்த விதிமுறை, அச்சமின்மை என்னும் பண்பை மனிதனிடத்தில் தோற்றுவிக்கிறது. இந்த விதிமுறை மனிதனிடத்தில் அச்சமின்மை, அளவிலாத் துணிவு, லட்சிய வாழ்க்கை வாழ்வதற்கான வேட்கை, நல்ல வாழ்க்கையை, புகழத்தக்க வாழ்க்கையை வாழ்வதற்கான ஆவல் ஆகியவற்றைத் தோற்றுவிக்கிறது. இந்த வகையில் தனக்குத் தேவையானதை உருவாக்கிக் கொள்ளும் தன்மையுடன் மனிதன் இருக்கிறான்; இதனை அடைவதற்கான சாதனங்களும் அவனிடத்திலேயே உள்ளன.

வினைப்பயன் என்னும் பந்தத்தை அறுத்தல்

இவ்வாறு மனிதன், மனச்சாட்சியின்படி, முழுமையான நற்பண்புகள் நிறைந்த தனது வாழ்க்கையின் மூலம் ஆன்ம ஞானம் பெறும் புகழ்மிகு நிலையினை அடைகிற வரையில், லட்சிய மயமான செயல்கள் மூலம் தனது இயல்பினைச் செம்மைப் படுத்துக் கொள்ளுவதன் மூலமும் மீண்டும் மீண்டும் பிறவி எடுப்பதற்குக் காரணமாக இருக்கின்ற அனைத்தையும் தவிர்ப்பதன் மூலமும், தன்னை பிறப்பு – இறப்பு என்று மாறி மாறி வரும் இந்தச் சக்கரத்திலிருந்து விடுவித்துக்கொள்ள முடியும் என்று இந்த விதிமுறை நமக்கு உணர்த்துகிறது. ஒருவனுக்கு ஆன்ம ஞானம் ஏற்பட்டுவிட்டால் வினைப்பயன் பற்றிய விதிமுறை செயல்படாமல் நின்றுவிடுகிறது. பந்தம் அறுந்துவிடுகிறது. ஏன்? இந்த விதிமுறை செயல்படும்

விதம் குறித்து ஆழ்ந்து சிந்தித்துள்ள ஹிந்துக்கள், ஆன்மாவின் சாம்ராஜ்யத்தில் இந்த விதிமுறை செயலற்றதாக ஆகிவிடுகிறது என்பதனைக் கண்டுபிடித்திருக்கிருர்கள். மனம் மற்றும் உடலில்தான் இந்த விதிமுறை வேலை செய்கிறது. மனிதன் தன்னை உடல் மற்றும் மனதுடன் சம்பந்தப்படுத்திக் கொண்டிருக்கின்ற வரையில், இந்த விதிமுறையின் எல்லைக்குள் இருந்து, பிறப்பு - இறப்பு என்னும் சக்கரத்துடன் தன்னை இணைத்துக் கொண்டிருக்கிருன். இந்தத் தவருன பந்தத்திலிருந்தும் மனிதன் தன்னை விடுவித்துக் கொண்டவுடனேயே அவன் இந்த அறியாமையை அழிக்கிருன், தனது தனிச் சிறப்பான நிலையினை, தூய ஆன்ம விழிப்புணர்வுடன் தான் ஒன்றியிருக்கும் நிலையினை மனிதன் உணருகிருன். மனிதன் உடலோ மனமோ அல்ல. தூய விழிப்புணர்வாக இருக்கிருன். இத்தகைய ஞான ஒளியினைப் பெற்றுள்ள ஒரு மனிதனின் ஆன்மாவை இந்த விதிமுறை இனிமேலும் தொடமுடியாது. கர்மச் சக்கரத்தின் சுழற்சியை – வினைப் பயனின் செயலை நிறுத்துவதற்கு இதுவே வழி.

மற்ருென்றையும் நான் உங்களுக்குச் சொல்ல விரும்புகிறேன். இந்த விதிமுறை மனிதனின் புறச் செயல்களுக்கு மட்டும் சம்பந்தப்பட்டதாக இல்லை. அவனது மனப்போக்கிற்கும் அது சம்பந்தப்பட்டதாக இருக்கிறது. ஏனெனில் ஒவ்வொரு செயலுக்கும் அடிப்படையாக இருப்பது எண்ணம்தான். இவ்வாறு தீர்மானமான ஒவ்வொரு சிந்தனையும் – அது எத்தகையதாக இருந்தாலும், அது புறத்தே பௌதீக வெளிப்பாடுடையதாக இருந்தாலும் இல்லாவிட்டாலும், உண்மையில் மனிதனின் வினைப்பயனுடன் சேர்க்கப்படுகிறது. இதனைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். ஒரு தனிமனிதன் அகந்தையுடையவனுக இருக்கிறவரையில் ஒரு உடலைவிட்டு இன்னொரு உடலுக்குச் செல்லுகிருன் என்று கீதை சொல்லுகிறது. இதன் மூலம் இந்த விதிமுறை தெளிவாக அறிவிக்கப் படுவதை அறிகிருேம். அது முறையான முன்னேற்றத்

தைப் போன்றதாகும். நாம் கல்வியை முழுமையாகக் கற்று தேர்வு பெறுகிறவரை பள்ளியில் ஒவ்வொரு வகுப்பாக முன்னேறி வருவது போன்றதாக அது அமைந்திருக்கிறது. இறுதியாக, மனிதன் பூரணத்துவ நிலையை அடைந்தாக வேண்டும், அதன் பிறகுதான் அவனுக்கு இந்த விதிமுறையிலிருந்து சுதந்திரம் கிடைக்கும்; விடுதலை பெற முடியும். மனிதன் அந்த நிலையினை அடையும்வரை, பரிபூரணத்தன்மையின் அடிப்படையில் தனது செயல்களை அமைத்துக் கொண்டு தூய லட்சியத்தை ஏற்றுக்கொள்ளுகிற வரையில் மனிதன் மீண்டும் மீண்டும் பிறவி எடுக்க வேண்டும்.

வினைப்பயனின் விதிமுறையும் இறைவனின் தீர்ப்பும்

இந்த விதிமுறையின் பிரபஞ்ச வடிவம் பற்றியும் அது தனித்து செயல்படும் தன்மை குறித்தும் இரண்டு அல்லது மூன்று கேள்விகள் எழுகின்றன. "கடவுளுக்கும் இந்த நில உலகில் தனி மனிதனின் அனுபவங்கள் மற்றும் செயல்களுக்கும் உள்ள சம்பந்தம் என்ன?" என்பது முதலாவது கேள்வி. ஒரு தனிப்பட்ட மனிதனின் அனுபவங்களை கடவுள் உருவாக்கவில்லை; ஆனால் மனிதன் தான் ஏற்றுக்கொள்ளும் குறிப்பிட்ட இயல்பு அவனது அனுபவங்களை உறுதி செய்கிறது.

மழைபெய்வதன் மூலம் எல்லா உயிர்களையும் இந்த நிலப்பரப்பின்மேல் கொண்டுவரப்படுகிறது. ஒருவகையில் மழைதான் எல்லா உயிர்களுக்கும் காரணமாக இருக்கிறது என்றும் (சரியாகச்) சொல்லலாம். மழை விழுந்ததும் வாழ்க்கையில் வளர்ச்சி ஏற்படுகிறது. இதனை பிரபஞ்சம் முழுவதும் நான் காணுகிறேன். இந்த வளர்ச்சியெல்லாம் ஒரேமாதிரியாக இருப்பதில்லை. கோதுமை விதைத்தால் கோதுமையாக விளைகிறது. சோளம் விதைத்தால் சோளமாகவே முளைக்கிறது. புல், புல்லாகவே முளைக்கிறது. இதற்கும் மழைக்கும் எந்தவித சம்பந்தமும் இல்லை. ஒவ்வொரு விதைக்குள்ளும் ஒரு இயல்பு உறைந்திருக்

கிறது. இதனால் விளையும் தானியங்கள் பலவாறாக விளைகின்றன. மழை பொதுவாகத்தான் பெய்கிறது. உலகம் முழுவதும் அது பாரபட்சம் இன்றிப் பெய்கிறது. இதே போல, ஒருவரது இயல்பு, அவரது எண்ணத்திலும் செயலிலும் காணப்படுகிறது. அதுதான் மனிதன் பெறும் அனுபவங்களைத் தீர்மானிக்கிறது. ஒரு மனிதனின் இயல்பு, அவனது மன நிலைக்குத் தகுந்தவாறு பிறப்பில் உறுதி செய்யப்படுகிறது. இந்த இயல்பின்படித்தான் வாழ்வின் புதிய பதிவுகள் பெறப்படவேண்டும்.

இரண்டாவதாக, இந்த விதிமுறையை நாம் செயல் படுத்துவதால் "நீதி இருக்கிறதா?" என்ற கேள்விக்கு விடையளிக்க விரும்புகிறேன். நல்ல செயல்களைச் செய்கிறவன் மகிழ்ச்சியை அனுபவிப்பதில்லை என்றும் தீமை செய்பவன் சுகமாக இருக்கிறான் என்றும் நமக்குத் தோன்றினாலும், ஒருவனது வாழ்க்கை முறைக்கும் அவனது அனுபவங்களின் தன்மைக்கும் சம்பந்தம் இருக்கவேண்டும் என்ற அவசியமில்லை என்பதை ஒவ்வொருவரும் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். செயல்களிலிருந்து விளைவுகள் உடனடியாகத் தோற்றுவிக்கப் படுவதில்லை. மனிதன் தற்போது ஈடுபட்டுக் கொண்டிருக்கிற செயல், அவன் புதிதாகப் போடுகின்ற விதை என்றும் அவன் இப்போது அனுபவிப்பது, முன்பு விதைத்ததை அறுவடை செய்வதற்கு ஒப்பானது என்றும் கருத வேண்டும். இதில் முரண்பாடு இருப்பது போலத் தோன்றும். ஆனால் உண்மையில் முரண்பாடு எதுவும் இல்லை. ஒரு கருணைமிக்க மகான் ஒருவர், தப்பி ஓடிவரும் குற்றவாளி ஒருவனுக்கு உதவியும் அடைக்கலமும் தருகிறார் என்று வைத்துக் கொள்வோம். தப்பி ஓடும் ஒரு குற்றவாளிக்கு அடைக்கலம் கொடுத்த காரணத்தால், இந்த மகான் தான் குற்றமற்றவர் என்று எவ்வளவுதான் சொன்னாலும், காவல் துறையினர் அதற்குச் செவிசாய்க்காமல் இவரைக் கைது செய்து தண்டனை வழங்குவர்.

அல்லற்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் ஒரு மனிதனுக்கு கருணையுடனும் அன்புடனும் உண்மையான கிறிஸ்தவரைப்போல அடைக்கலம் தந்த இந்த மனிதன், அன்பு செலுத்தியதற்காக அல்லற்படுத்தப்படுகிறான் என்று மக்கள் நிச்சயமாகக் கூறுவார்கள். குற்றவாளிக்குப் பாதுகாப்புத் தந்ததால்தான் அந்த மனிதர் தண்டனை பெற்றார் என்பதுபோலத்தான் தோன்றும். இந்த மனிதன் ஒரு குற்றவாளிக்குப் பாதுகாப்பு அளித்த குற்றத்திற்காகத் தான் தண்டிக்கப்பட்டான் என்றுதான் காவல்துறையினர் சொல்லுவர்; நீதிமன்றமும் இப்படியே சொல்லும்; மரணமும்கூட இதனையே சொல்லும். ஆனால் நாம் ஆழ்ந்து சிந்தித்தால், இந்தச் செயலையொட்டி அனுபவம் இருப்பதாக நாம் காண்பது மேற்போக்கானது; உண்மையானது அல்ல என்பது புரியும். அன்பும் கருணையும் கலந்த செயலுக்கு எதிர்காலத்தில் தகுந்த பரிசு கிடைக்கும். இப்போது அடைந்த தண்டனை முன்பு செய்த செயலின் பின்விளைவு ஆகும். இந்த விதிமுறை மிகவும் மர்மமானது. அதன் செயலை நம்மால் புரிந்துகொள்ள முடியாது. அதன் மிகச் சுருக்கமான அறிவிப்பு, "வினை விதைத்தவன் வினை அறுப்பான்; தினை விதைத்தவன் தினை அறுப்பான்" என்பதாகும். ஒவ்வொரு செயலுக்கும் ஒரு விளைவு உண்டு. ஒவ்வொரு செயலுக்கும் ஒரு எதிர்ச் செயல் உண்டு. எதிர்ச்செயல், செயலின் இயல்பினை யொட்டியதாக இருக்கும். இந்த விதிமுறை பிரபஞ்சம் முழுவதற்கும் பொதுவானது. மனிதனின் அனைத்து அனுபவங்களிலும் இந்த விதிமுறை அடங்கியிருக்கிறது. ஆகவே, இந்த விதிமுறைபற்றி நன்கு உணர்ந்துகொண்டு விழிப்புணர்வுடன் புத்திசாலித்தனமாக வாழ்க்கையை நடத்துங்கள். நன்மைதரும் பாதையில், அறநெறி வழியில் நடைபோடுங்கள். லட்சியமயமான வாழ்க்கையை நடத்தி அமைதியும் பேரானந்தமும் நிறைந்த வாழ்க்கையினைப் பெறுங்கள்.
